Dennis Cardoze

EL ACOSO ESCOLAR
GUIA PARA LAS ESCUELAS

Panamá, 2013

El autor es psiquiatría de niños y adolescentes (retirado), ex-funcionario del Departamento de Psiquiatría de la Caja del

Seguro Social, ex-profesor honorario de la Cátedra de Psiquiatría de la Universidad de Panamá, ex-asesor educativo del Instituto Panameño de Habilitación Especial y uno de los fundadores, ideólogo educativo y actualmente Directivo Emérito y asesor del Colegio Isaac Rabin de Panamá, institución sin fines de lucro creada por la Fundación del mismo nombre. Es autor de otros diez libros relacionados con la psiquiatría de niños y la educación, de numerosos artículos y expositor en cerca de trescientas conferencias sobre los mismos temas.

EL ACOSO ESCOLAR
GUÍA PARA LAS ESCUELAS

ÍNDICE

Página

Prólogo
Introducción
Primera parte
- Hablemos con propiedad.

- Qué entendemos por acoso escolar.
- Cómo puede ser el acoso.
- Cuáles pueden ser las consecuencias personales del acoso.
- Consecuencias para los estudiantes acosadores
- Consecuencias para los docentes acosadores
- Factores a tomar en cuenta en las situaciones de Acoso en las escuelas.
- A quiénes acosan más los estudiantes.
- Quiénes son las posibles víctimas de docentes acosadores.
- Cómo son los acosadores.
- Las familias
- El contexto escolar
- La influencia del grupo
- Factores comunitarios
- El silencio de las víctimas

Segunda parte

- Lineamientos para la prevención del acoso escolar.
- Entrenamiento de docentes.
- Orientación a padres.
- Orientación a estudiantes.
- Censos de disciplina e investigación de la incidencia y tipos de acoso.
- Entrenamiento en métodos de mediación.
- La disciplina como parte del currículo escolar
- Vigilancia

Tercera parte

- Tratamiento del acoso escolar.
- Aspectos generales sobre normas de disciplina
- Categoría de acoso según sus consecuencias.
- Principios básicos del tratamiento
- Examen y tratamiento de las víctimas de acoso.
- Examen y tratamiento de los acosadores.
- Papel de las familias
- Reflexionando con el grupo.

Apéndice
Otras obras de referencia

PRÓLOGO

Este es un libro dirigido específicamente a las escuelas, como un aporte para la compresión y el tratamiento del acoso escolar, lo cual no quiere decir, por supuesto, que no pueda ser útil a padres y a cualquier otra persona que quiera leerlo. Para el público en general, y especialmente padres, existen en el mercado numerosas y muy didácticas publicaciones, algunas d las cuales mencionamos al final.

Hemos querido, como en otras de nuestras publicaciones, presentar una obra de fácil lectura y, aunque rica en información, no cargada de citas intercaladas como se acostumbra en otras que se escriben pensando más en el lector especializado. La nuestra es producto, principalmente, de la experiencia personal de treinta años como psiquiatra de niños muy ligado al mundo de la educación, tanto familiar como escolar, añadiendo algo, claro está, de lo aprendido en la literatura sobre el tema a lo largo de esos años.

Tampoco se ha querido dar cifras respecto a datos de incidencia y prevalencia de este fenómeno en las escuelas por la sencilla razón de que no las tenemos en Panamá, y manejar las que nos dan las investigaciones y publicaciones foráneas no son en realidad trasladables con garantía de veracidad a nuestro medio. Estas investigaciones están aún por hacer en el país, aunque sabemos que el Ministerio de Educación ya ha empezado a explorar el problema en algunas escuelas.

Esperamos que las escuelas que puedan disponer de esta guía, tengan en ella un instrumento útil que les permita desarrollar acciones efectivas en contra del acoso, o al menos, complementar lo que ya estén haciendo en este sentido.

El autor

INTRODUCCIÓN

El abuso en las escuelas es un problema tan antiguo como lo es el de la existencia de centros escolares organizados; siempre que un determinado lugar se concentren niños y adolescentes con un fin educativo u otro, es prácticamente imposible que no aparezcan trastornos en sus relaciones interpersonales. Pero a pesar de no ser un fenómenos nuevo, lo cierto es que no se le empezó a investigar y a tratar en la literatura científica y divulgativa hasta hace unas tres décadas, siendo considerado pionero el doctor en Psicología noruego Dan Olweus, quien en 1993 publicó el libro *Bullying*

at school: What we know and what we do” (Acoso en la escuela: qué sabemos y qué hacemos). Ya en 1970, había emprendido un proyecto de investigación a gran escala que se tiene como el primer trabajo científico sobre el tema. Es de toda justicia pues, que aquí hagamos mención de su persona.

Desde esos años, la cantidad de aportaciones sobre el acoso escolar e incluso en otros ambientes como en las áreas de trabajo, ha venido creciendo considerablemente. Los libros, aunque dan información básicamente similar, son por otra parte variados en sus formas de presentarlo y también en relación al público para quien han sido pensados. Así, unos ocupan gran parte de sus páginas con narraciones de casos particulares muy llamativos por sus consecuencias; otros son más teóricos y dirigidos al lector profesional, ya sea de la educación o de alguna rama de la salud mental. Nosotros, tratándose de un libro que tiene como beneficiarios principales los educadores y psicólogos escolares, no hemos acudido al recurso de la casuística, pues tratándose además de una obra de poca envergadura, más que todo por razones presupuestarias, preferimos desarrollar el texto con descripciones y explicaciones sobre los diferentes aspectos del acoso, como son sus posibles causas, los factores personales, familiares, escolares y comunitarios, las consecuencias que se pueden generar tanto en los acosadores como en sus víctimas, y las medidas que consideramos útiles para la prevención y el tratamiento.

Todo el que ha trabajado o trabaja en un contexto escolar, o de alguna manera está relacionado con él, tiene conocimiento de hechos particulares de abusos, con todas sus circunstancias y resultados de mayor o menor gravedad, por lo que a este personal no les resultaría una novedad el que se les aporte más historias al respecto. Lo que más necesitan es un cuerpo de conocimientos organizado, teórico-práctico, que les de luces de cómo afrontar tales situaciones.

El libro está dividido en tres partes, la primera de las cuales trata los aspectos teóricos del acoso, la segunda y la tercera

dan lineamientos prácticos sobre la prevención y el tratamiento respectivamente. Al final de la obra, en un apéndice, se incorporan documentos de evaluación psicológica que pueden ser útiles a los docentes y a los psicólogos de una escuela para detectar alteraciones emocionales en los estudiantes, que por supuesto, no se pueden utilizar como instrumento de diagnóstico (labor que le compete a un clínico), sino meramente como indicio o sospecha que debe ser confirmada en un centro especializado.

PRIMERA PARTE

GENERALIDADES

Hablemos con propiedad

Quiero iniciar este manual por una cuestión de índole lingüística relacionada con el nombre que se le suele dar al tema que en él se trata, y es el siguiente: se ha extendido de manera universal el uso del término *bullying"* para referirse a las situaciones que aquí trataremos, término que deriva de *bull* en idioma inglés. Esto puede ser comprensible cuando se utilice en aquellos países donde esa lengua es la utilizada, pero no en el hispano- hablante, que cuenta con términos perfectamente adecuados como acosar u hostigar. El primero, según el diccionario de la Real Academia Española es: "perseguir, sin darle tregua ni reposo, a un animal o a una persona"; o también: "apremiar, importunar a alguien con molestias o requerimientos". El segundo, según la misma fuente, tiene como uno de sus significados: "molestar a alguien o burlarse de él insistentemente". Por lo tanto, acoso

u hostigamiento son los actos de acosar o de hostigar. Así pues,

¡seamos fieles nuestra lengua vernácula!

En esta obra, consecuentemente, estaremos utilizando los términos acoso y hostigamiento cuando haya necesidad de hacer referencia al problema que nos ocupa.

QUÉ ENTENDEMOS POR ACOSO ESCOLAR

En los ambientes escolares el acoso consiste en actuar de manera **intencional**, **premeditada** y **continuada** por parte de un estudiante o un docente contra otro estudiante o docente, en una escenario en el que se da una clara **asimetría** de poder o de posibilidades de presión o dominio.

Nótese que estoy incluyendo dentro de los acosadores, como también de las víctimas, a los educadores, lo que no es habitual en los libros que hasta ahora se han publicado sobre el fenómeno del acoso en las escuelas. Pero el hostigamiento de maestros o profesores de secundaria, especialmente de estos últimos hacia a algún alumno, o de estudiantes a algún docente, es un hecho real que se da con cierta frecuencia y que trae también consecuencias más o menos graves que veremos más adelante.

La escuela es un mundo de relaciones complejas que enmarcan todo el proceso de educación y que involucra a diferentes actores: estudiantes, docentes, padres y administrativos, siendo de importancia básica el que se puedan dar de una manera positiva tanto en lo social como en lo estrictamente pedagógico. Cualquier conflicto que surja entre las personas que interactúan en las instalaciones de un centro educativo repercutirán de manera directa, o indirecta, en los resultados que se esperan del proceso de enseñanza-aprendizaje y de educación en general.

Todo estudiante, así como todo docente, tienen el derecho de poder abocarse a estos procesos en las mejores condiciones posibles, tanto físicas como emocionales, y por eso, si se sienten blanco de ataques, presiones o burlas constantes, están siendo vulnerados en ese derecho fundamental.

Sin embargo, es necesario distinguir entre los conflictos que inevitablemente se dan en forma esporádica, generalmente producto de circunstancias momentáneas y no premeditadas, entre estudiantes o entre estos y sus maestros. Estos roces, encuentros agresivos o enfrentamientos verbales, son, al fin y al cabo, parte de las vivencias que van conformando el carácter y las habilidades de interacción social. Cuántas veces, compañeros que se dieron golpes después de un partido de fútbol, o de una discusión cualquiera, quedan después arreglados y amigos, y quizá, aún más que antes. Tampoco es raro que después de un regaño en firme de parte de un docente, un estudiante trate de quedar bien con aquél o siga admirándolo como antes. A estas situaciones aisladas no se les puede confundir con el acoso ya que les falta el elemento de intención premeditada y reiterada de causar daño al otro. No existe en tales casos, una diferencia clara de poder de la cual se aprovecha una de los involucrados para victimizar al otro.

Es importante que los docentes, los administrativos, los padres y los alumnos sepan diferenciar el verdadero acoso de estos otros hechos cuya interpretación y manejo son también diferentes.

CÓMO PUEDE SER EL ACOSO

Una vez dichas las características que definen el acoso, describiremos las formas en las que se manifiesta, pero tomando en consideración que no es lo común

Tipos de acoso

- Físico
- Sexual
- Verbal
- Gestual
- Psicológico
- Social
- Cibernético

que se den aisladamente sino en combinación de dos o más.

- **Acoso físico:** empujones, zancadillas, golpes en la cabeza, torcedura de brazos o manos, puñetazos, etc.

- **Sexual:** toquetear las partes más íntimas (senos, genitales, nalgas); levantar la falda o bajar los pantalones; intentos de violación, etc. El acoso sexual es, en todo caso, una forma del físico aunque con connotaciones morales más graves.

- **Verbal:** El acoso verbal puede ser en lenguaje hablado o escrito y suele manifestarse como insultos, burlas, expresiones irónicas, apodos inapropiados, cartas y llamadas telefónicas intimidatorias, etc.

- **Gestual:** señas obscenas, amenazas con el puño, gestos burlones con la cara, la boca o los ojos; imitación socarrona de los gestos o de la manera de andar de la víctima, etc.
- **Psicológico:** crearle a la persona víctima estados mentales de temor, ansiedad o paranoia, mediante advertencias de posibles consecuencias negativas o desgracias que le van a suceder (personales, sociales o académicas); rebajar su autoestima con comentarios negativos; ignorar o restarle importancia a sus opiniones o a su presencia. Dentro de esta categoría podemos incluir la extorsión, ya que mediante una presión psicológica se intenta obtener algún provecho o ganancia.

- **Social:** acciones destinadas a marginar a la persona del grupo; no tomarla en cuenta para actividades que se organizan dentro o fuera de la escuela; desacreditarla moralmente ante los demás estudiantes y ante la comunidad en general.

- **Cibernética:** escarnios por las redes sociales; publicación en Internet intimidades o fotos sin permiso de la persona

afectada; desacreditar lanzando a las redes calumnias y falsos hechos sobre otros, etc.

El componente psicológico, aunque puede darse solo, es un acompañante habitual de las demás modalidades de acoso en las escuelas, ya sea que el victimario esté o no consciente de ello.

Las formas de acoso muestran variaciones de acuerdo a las edades y al género de los estudiantes, de modo que los ataques de tipo físico y verbal reiterados son más acostumbrados entre los de grados primarios y pre medios, mientras que los de tipo psicológico, social, moral y cibernético lo son entre los de grados más avanzados, sin que podamos hablar de una norma fija en este sentido.

En cada caso de acoso escolar, es importante analizar las modalidades en que se presenta y cuál es la forma predominante, recordando que generalmente suelen combinarse.

CUÁLES PUEDEN SER LAS CONSECUENCIAS PERSONALES DEL ACOSO

Las consecuencias personales en las personas víctimas de algún tipo de acoso, pueden ser actuales o a largo plazo, o también, agudas o crónicas.

Ambos, víctimas y victimarios, estarán propensos a las consecuencias negativas de estos acontecimientos.

CONSECUENCIAS EN LAS VÍCTIMAS

Corporales: son las más obvias y causadas por ataques físicos que se reflejan en lesiones como moretones,

Consecuencias del acoso en las víctimas.

- Corporales
- Pérdidas materiales
- Psíquicas
- Sociales
- Morales
- Académicas
- Actos de venganza

hematomas, dolores musculares, dolores de cabeza, fracturas óseas, pequeñas quemaduras, señales de pellizcos y otras.

Son lesiones la mayoría de las veces no graves, aunque se han dado casos que han requerido atención médica y, en algunos otros, daños cerebrales fatales.

Cuando se trata de lesiones físicas que son producidas por una actitud de hostigamiento de parte de otro u otros estudiantes, la característica es que se dan de forma repetida en el tiempo aunque no siempre sean del mismo tipo.

Pérdidas materiales: es el caso del estudiante que es violentado en sus pertenencias y útiles escolares porque se los dañan, destruyen, se los tiran a la basura, a charcas de agua o de lodo; le roban sus plumas, lápices, cuadernos, otros materiales de trabajo, dinero para su merienda u otros artículos de uso personal (relojes, celuares, etc,). Son pérdidas ocasionadas por actos de maldad, de bromas pesadas o para apoderarse de esos artícuios.

Es frecuente que estas situaciones de pérdidas materiales le ocasionen al estudiante afectado confictos con sus padres, quienes si ignorarn qué es lo que está pasando en la escuela, piensen que se debe a su negligencia y a la falta de interés por el cuidado de las pertenencias, casusando con ello un mayor peso adicional a la economía familiar. Asimismo, estas mermas
son un factor que impide el adecuado desempeño de los deberes académicos por la falta de los materiales necesarios cuando se necesitan en el aula o para hacer los deberes en casa.

Psíquicas: la presión psicológica o la repercusión mental que tienen las víctimas de acoso puede llevarlos a presentar trastornos importantes que no pocas veces requieren de atención por profesionales de la salud mental. Las más

comunes son: baja autoestima, inseguridad, depresión, estados de ansiedad, trastornos del sueño, reacciones psicosomáticas, rechazo a la escuela (fobia escolar), intenos de suicido o suicidio consumado, precipitación de una enfermedad mental latente o agravamiento de una ya existente.

En años posteriores, una vez en la vida adulta, las víctimas de acoso en la escuela tienen más tendencia a presentar síndromes de estrés postraumático, externalización de conductas agresivas, síndromes depresivos, suicidio, conductas criminales en la vida adulta y uso de sustancias ilícitas o alcohol.

Ests trastornos en la vida de adulto no tienen que ser tampoco resultados directos de la experiencia de acoso, sino que actúan sobre rasgos de personalidad previamente existentes en la persona.

Por otra parte, los estudiantes que han sufrido de acoso en ocasiones se convierten ellos mismos en victimarios contra otros niños más débiles, o en sus hogares contra sus hermanos menores.

Cualquiera de estas afecciones emocionales puede incidir negativamente en las habiiadades de atención, concentración y procesamiento de la información necesarias para el aprendizaje académico.

Sociales: en edades en las que la relación con los pares y la participación con ellos de actividades que les permiten desarrollar las habilidades adecuadas para poder desenvolverse satisfactoriamente en sociedad, el acoso influye de manera muy perniciosa sobre los estudiantes víctimas del mismo alejándolos de los demás y forzándolos, muchas veces, a la automarginación, o también a formar lazos de amistad con grupos de niños de menor edad o del sexo opuesto, lo que a su vez trae otras consecuencias poco favorables para su desarrollo. Puede suceder incluso que

acaben refugiándose en la compañía de otros compañeros que están en condiciones sociales similares, lo cual profundiza más el hecho de la marginación.

Morales: en lo moral, el estudiante víctima puede perder la confianza en la práctica de los valores de convivencia como el respeto y la solidaridad, o en la bondad de los congéneres de los cuales solo ha estado obteniendo actitudes y mensajes adversos a sus seguridad y a las enzeñanzas éticas que se la han querido inculcar en su casa o en la escuela. Esto sucede especialmente cuando el acoso es promovido por una buena parte del grupo y cuando el destierro de las actividades comunes es casi permanente. El no poder lograr el prestigio aspirado como persona o como compañero, aunado a la pérdida de la buena fama, lo llevan a una situación de frustración moral que puede incluso hacerse crónica de no contar con factores protectores que lo ayuden a evitarlo.

Académicas: desde el punto de vista académico, los acosos entre estudiantes, o de un docente a un alumno, pueden darse diferentes resultados. El más común es el deterioro más o menos importante del rendimiento en el aprendizaje por las razones que hemos explicado anteriormente.

La disminución de las calificaciones será mayor cuando existan de antemano algunas dificultades para el aprendizaje se dan
en niños con discapacidades o condiciones como deficiencia de la atención, problemas famillliares de fondo o emocionales. Pero en otros casos que hemos conocido, el estudiante intenta compensar su autoestima baja haciendo mayores esfuerzos para convertirse en un alumno de alto índice, aumentando enormemente la presión académica sobre sí mismo, lo que puede también tener sus efectos negativos, tales como un mayor aislamiento y una excesiva ansiedad por lograr esas metas.

Ninguna de estas dos secuelas del acoso en lo academico es de obligada aparición, pudiendo pasar que el rendimiento no

varíe mucho, lo que es más frecuente en los estudiantes que no dan demasiada importancia a los estudios y hacen el esfuerzo mínimo necesario, independientemente de que estén sufriendo algún tipo de hostigamiento.

El rendimiento bajo puede darse en una o en algunas asignaturas determinadas, cuando se trata de un estudiante que está sufriendo acoso de parte del o de los docentes que las imparten, ya sea por tomarle aversión a esas materias o porque los profesores lo califiquen de manera más estricta que a los demás, precisamente como parte de la actitud perseguidora.

Actos de venganza: en jóvenes de más edad, la confluencia de ser una víctima habitual de hostigamiento por parte del grupo, con la inclinación a la violencia estimulada por el contexto en que viven o por lo que ven en los medios de comunicación, pueden originar actos de venganza contra uno o más de los compañeros, incluso contra un docente o hacia la escuela en general mediante armas blancas o de fuego. Ejemplo de esto son los hechos violentos que se han dado en escuelas de los Estados Unidos de Norteamérica resultando en la muerte de varios colegiales y maestros, además de la de los atacantes, esta última ya sea por suicido en el lugar o por acción de la policía.

Las consecuencias de haber estado sufriendo estas violencias en la escuela se prolongan en algunas personas hasta la vida adulta marcándolas de alguna manera en su personalidad, lo que no siempre se hace evidente ni tampoco consciente para los perjudicados. No obstante, si hay quienes conservan esos malos recuerdos y son capaces de relacionarlos con situaciones actuales para ellos como la baja autoestima, la sensación de no ser queridos, el excesivo celo en cuidar que a sus hijos no les suceda lo mismo y otras.

CONSECUENCIAS PARA LOS ESTUDIANTES ACOSADORES

Consecuencias para los acosadores

- Reforzamiento de conductas antisociales.
- No introyección de valores de convivencia.
- No soluciona sus problemas de fondo.
- Conductas antisociales en la vida adulta.

El estudiante que adopta actitudes de hostigamiento contra sus compañeros o contra docentes, no está libre de secuelas indeseables para su propia vida, tanto inmediatas como en el futuro; y aunque de momento se sienta ser un "triunfador porque logra amedrentar, marginar o hacer daño a sus víctimas, no se percata que se está perjudicando a sí mismo.

Reforzamiento de conductas antisociales: de manera inmediata, el reforzamiento de conductas agresivas y de modos de comportamiento socialmente deplorables que en nada lo benefician en el desarrollo de su personalidad, como tampoco en el modelo que expone a los que se le asocian.

No introyección de valores de convivencia: el aprendizaje de esos modos de comportamiento le impide aprender formas de relación social solidarias y de respeto que deben grabarse indeleblemente, o internalizarse en su conciencia y por tanto, en su actuación con los demás. Esta deficiencia en la incorporación de valores para la convivencia social se reflejará en sus relaciones futuras con mucha probabilidad, a menos que posteriormente se haga consciente de ello y pueda rectificar sus formas de pensar y de actuar.

No solución a sus problemas de fondo: si el estudiante acosador actúa como lo hace impulsado consciente o inconscientemente por problemas psicológicos de fondo, no está dándoles a éstos la solución adecuada. Estos problemas pueden ser frustraciones originadas en la vida familiar o personal, estados larvados de depresión, necesidad de desahogar impulsos agresivos, estados de ansiedad o de baja autoestima.

Conductas antisociales en la adultez: los estudios demuestran que los alumnos que fueron acosadores habituales en la escuela, especialmente los que continuaron siéndolo en la secundaria, son más proclives a tener problemas con la ley en la vida adulta debido a uso de drogas, alcoholismo, violencia intrafamiliar y actos criminales.

CONSECUENCIAS PARA LOS DOCENTES ACOSADORES

CONSECUENCIAS PARA LOS DOCENTES ACOSADORES

- Mala relación con sus educandos.
- Mala relación con los padres de los alumnos.
- Desprestigio de su figura como educador.
- Pérdida del lugar de trabajo
- Demandas penales.

Si bien la figura del docente que acosa a estudiantes, es menos común que la de estudiantes atacando a compañeros, no son tan infrecuentes como se podría pensar. El hostigamiento docente-alumno tiene unas características muy particulares que se evidencian en una relación tensa por actitudes irónicas, de mofa, de presión psicológica o académica, no estando libre de consecuencias adversas para el propio docente.

Mala relación con sus educandos: para la labor de educar no existe una pérdida mayor que la de la confianza de los alumnos hacia su maestro, y eso es lo que consigue el docente acosador: No solamente echa a perder su relación con el discípulo acosado sino también con otros que perciben su ironía y la interpretan como una falta de respeto y de interés por su bienestar y educación, lo cual se puede tornar en su contra haciéndole más difícil su tarea cotidiana.

Mala relación con los padres de los alumnos: si bien muchas veces los estudiantes acosados no cuentan lo que les está sucediendo cuando se trata de compañeros que los agreden, si lo hacen cuando se trata de un maestro, lo que trae como consecuencia la protesta de sus padres directamente ante aquel o ante la dirección de la escuela; e incluso algunas veces desembocar en agresiones verbales o físicas, especialmente en ambientes donde la cultura de la comunidad favorece la violencia como modo de arreglar los conflictos y las personas no disponen de mucha capacidad de autocontrol.

Desprestigio de la figura del educador: naturalmente que el prestigio de una persona como educador sufre una tremenda merma cuando sus actitudes de hostigamiento a los alumnos se hace conocida a los colegas, a los demás padres y a la comunidad en general. Si el maestro o profesor que ha caído en esa forma de trato a un estudiante o a varios de ellos, no hace una reflexión y una corrección sincera de su conducta, será cada vez menos aceptado y más desprestigiado, lo que a su vez repercutirá en su propia autoestima.

Pérdida del lugar de trabajo: que un docente tenga que salir abruptamente de su puesto de trabajo comenzado el curso escolar, o que se le niegue para el siguiente, es de esperar cuando las quejas de los alumnos o de los padres sobre sus maneras de trato inadecuado se hacen patentes. Otras veces, en el caso de aquellos que laboran para la educación pública, el traslado a otros centros es una de las respuestas que se suele dar en estas condiciones, y dado el hecho que las motiva, no puede considerarse como algo que hable bien del docente que lo ha provocado.

Demandas penales: la consecuencia más grave sería, en todo caso, una demanda penal cuando hay lesiones físicas o serias alteraciones mentales en sus víctimas y por supuesto, agravio sexual.

El mensaje para las escuelas y para los educadores y administrativos, es que los acosos entre estudiantes o entre estudiantes y docentes no pueden ser tratados a la ligera restándoles importancia, y considerarlos como un peligro, no solamente para el buen progreso del proceso de aprendizaje, sino también para el normal desarrollo emocional de las personas involucrada, acosadores o acosados, ya que los primeros también se verán afectados en su actitud ante la vida y la sociedad.

FACTORES A TOMAR EN CUENTA EN SITUACIONES DE ACOSO EN LAS ESCUELAS

FACTORES A TOMAR EN CUENTA

- Personales
  - Del acosado
  - Del acosador
- Familiares
- Escolares
- Comunitarios
- El silencio de las víctimas

Si a simple vista, los hechos de acoso entre estudiantes puede parecer un problema de relación entre dos individuos o entre un grupo de individuos y otro por razones que muchas veces se tratan de explicar como parte de los conflictos esperados en la niñez y la adolescencia, lo cierto es que se trata de fenómenos más complejos en los que confluyen una serie de factores diferentes que en unos casos y otros hay que analizar. Son componentes de índole personal, de grupo, familiares, escolares y comunitarios. Unos pueden actuar directamente como causa de las conductas de acoso, o como predisposición a ser víctima, y otro solo tienen una relación indirecta.

Aspectos relacionados con estos factores pueden, en un momento del tiempo escolar, interactuar de manera compleja creando circunstancias que tienen como resultado una escenario de acoso.

Los estudios que se han realizado para conocer estos elementos relacionados con el acoso, revelan algunos patrones frecuentes en los perfiles personales y familiares, además de aspectos relacionados con los centros escolares y contextuales pero que no deben tomarse como factores a encontrarse en todos los casos.

Cuando se quiere entender mejor las condiciones en que se da un determinado caso de acoso escolar, es necesario emprender lo que se conoce como enfoque ecológico u holístico, que toma en consideración esta variedad de ingredientes y como se entrelazan unos con otros.

A QUIENES ACOSAN MÁS LOS ESTUDIANTES

En los estudiantes que suelen ser más comúnmente blanco de los ataques en las distintas modalidades que ya hemos descrito, se encuentra una serie de características y condiciones personales que los hacen más susceptibles.

Los menos populares: los alumnos que no destacan en las actividades que el grupo suele valorar, como los deportes, los eventos fuera de la escuela tales como bailes, flirteo con el sexo opuesto, incluso travesuras en grupo, y que no exhiben habilidades para desenvolverse satisfactoriamente según los estándares del grupo al estar reunidos en corrillos o para seguir a los líderes, están más desprotegidos ante la eventualidad de que a alguno de los compañeros decida tomarlo como víctima de sus agresiones.

A la frustración de sentirse al margen de las actividades de los demás, se añade entonces la de ser objeto de la violencia o de las burlas, que si bien

FACTORES PERSONALES DE LAS VÍCTIMAS DE ACOSO

- Menos populares
- Tímidos y callados
- Diferencias físicas
- Diferencias culturales o étnicas
- Maneras de género diferentes
- Con discapacidades
- Con problemas del lenguaje
- Recién llegados
- Los que caen “en desgracia”

en un inicio parten de uno solo de los compañeros, muy pronto son secundadas por una buena parte del grupo. Estos estudiantes se prestan para ser extorsionados por otros, a lo que consienten muchas veces sin protestar en un intento por tratar de ser aceptados. Otras veces se comportan como tontos y payasos para caer bien, logrando solamente menoscabar más aún su imagen.

Los tímidos y callados: por razones similares a la de los menos populares, grupo al que obviamente no pertenecen por su carencia de habilidades sociales, también suelen ser blancos fáciles los tímidos y callados con la diferencia que no externalizan el deseo de integrarse al grupo cediendo parte de su dignidad al dejarse extorsionar, o haciendo payasadas y cosas por el estilo para que se las celebren. Ellos sufren más en silencio las acometidas del grupo o de quien los esté victimizando.

Los que tienen diferencias físicas: en este grupo están todos los que tienen características anatómicas que los hacen objeto de burlas de las cuales se puede pasar a otras formas de acoso. Tales son los que tienen sobrepeso, pabellones auriculares grandes o deformados, los de nariz prominente, hemangiomas faciales, los que tienen cabezas algo mayores de lo normal, giba, o alguna otra particularidad física atípica.

Muchas veces el asunto no pasa de un mote que se le asigna al estudiante que tiene una de estas particularidades, pero en otras es el punto de partida de una serie de agresiones, especialmente verbales.

Diferencias culturales o étnicas: constituyen también factores que pueden jugar un papel en actos de acoso las diferencias culturales de grupos minoritarios de estudiantes, sobre todo en centros escolares donde están muy arraigados los prejuicios respecto a manifestaciones culturales y de clase social. Dentro de esta categoría están los estudiantes provenientes de ambientes con costumbres muy distintas a la

de la mayoría del grupo, como los pertenecientes a los pueblos originarios; los de etnias generalmente discriminadas como los afro descendientes y los extranjeros de países con hábitos y formas de conducirse diversas a las del país al que emigran; y los que practican religiones minoritarias en relación a la que prevalece en la población de estudiantes de una determinada escuela.

Maneras de género diferentes: víctimas frecuentes y de formas muchas veces cruel, son los niños y adolescentes que tienen comportamientos no propios de los que se espera según su sexo, especialmente en el caso de los varones. Se trata de estudiantes con amaneramientos en sus movimientos y en sus formas de hablar, sean o no homosexuales. Los prejuicios contra estas personas son muy acentuados en todas partes, llegando a producirse, aparte de las constantes burlas, ataques físicos que según registran las crónicas de otros países, han acabado en asesinatos con escarnio. La tendencia a marginarlos del grupo de su sexo biológico, o muchas veces, la propia el auto alejamiento, hace que estos estudiantes vayan a formar amistades y compartir actividades con el sexo opuesto.

Estudiantes con discapacidades: se encuentran también más desprotegidos ante la violencia, en cualquiera de sus variantes, los niños y jóvenes que tienen alguna discapacidad como es el caso de los que tienen condiciones como autismo, síndrome de Asperger, síndrome de Down, discapacidad mental, trastornos muy evidentes del desarrollo físico y otras. Aquí también se puede hablar de prejuicios ante todo lo que es diferente, así como de una especie de rechazo instintivo ante lo que no se comprende. Además, las dificultades de estas las personas con tales condiciones en relación a su desempeño social y para la comprensión de las formas de pensar y a las intenciones de los otros, las hace aún más vulnerables. Es este precisamente, uno de los problemas frecuentes que afrontan las personas con discapacidad que ingresan a escuelas regulares.

Los que tienen problemas de lenguaje: como tartamudez, y defectos de pronunciación, o los que por ser extranjeros recién emigrados no hablan bien el idioma del país. El acoso hacia estos estudiantes suele manifestarse más que todo como burlas insistentes que llevan al individuo a retraerse muchas veces de hablar cuando están en grupo, o de pararse delante del mismo a dar una lección o recitar. Las mofas continuadas pueden provocar en ellos reacciones agresivas que complican la situación con los compañeros acosadores.

Los recién llegados: ya sea porque el nuevo compañero venga de otro país o de otra escuela, el recién llegado puede, a veces, toparse con mucha resistencia de parte de la clase, o de quien es el líder y la controla, para ser aceptado, convirtiéndose, por el contrario, en objeto de descarga de las tensiones y de "conejillo de indias" de bromas y travesuras, que dependiendo de quién sea el que las organiza, serán más o menos rudas. Aunque puede darse el caso de que el nuevo alumno tenga las cualidades y la fortaleza de un líder y sea él (o ella) la persona que acabe imponiéndose al grupo, o a una parte del mismo, en connivencia o en competencia con quien lo fuera previamente, pasando a ser otro acosador si su liderazgo es de signo negativo.

Los que caen "en desgracia": independientemente de que alumnos con las características que hemos descrito, también pueden ser víctima de conductas de acoso otros por el simple hecho de haber "caído en desgracia" a uno de los líderes del grupo, o a un compañero o compañera con quien mantenía antes una aparente buena amistad. Y esto puede suceder por algún conflicto propio de las relaciones entre adolescentes; por la emergencia de un sentimiento de envidia o de celos; por alguna cualidad o buena fama del compañero al que convierten en el blanco de sus ataques.

QUIÉNES SON LAS POSIBLES VÍCTIMAS DE DOCENTES ACOSADORES

Alumnos que pueden ser objeto de acoso por parte de algún docente acosador, son los que se muestran un poco más díscolos, los hiperactivos, los más inclinados a responder ante un castigo o regaño, los de bajo rendimiento, aquellos cuyos padres han tenido diferencias con el docente; pero uno de los acosos más frecuentes y que más escándalo producen en las sociedades, es el sexual de parte de educadores en detrimento de estudiantes, mayormente del sexo femenino y también los de menos edad.

Los maestros y profesores que no han logrado comprender el proceso educativo como una tarea centrada en el alumno, y hacen pesar más su propio ego sobre los intereses de aquél, son los más propensas a caer en este tipo de procederes. Fácilmente desarrollan sentimientos de antipatía, rechazo e intolerancia a cualquier estudiante que no llene sus expectativas, que no logren disciplinar o que los confronte de alguna manera, estableciéndose así una enemistad encubierta que en ocasiones se hace patente de una y otra parte. Si por acaso se han dado quejas o diferencias con los padres o los tutores de alguno de sus discípulos, entonces esos sentimientos negativos hacia éste empiezan a aflorar mediante acciones persecutorias encubiertas de exigencias académicas o disciplinarias o por expresiones verbales reiteradas de carácter irónico.

VÍCTIMAS POSIBLES DE DOCENTES ACOSADORES

- Mal portados
- Hiperactivos
- Respondones
- Los de bajo rendimiento
- Los de padres en conflicto con el docente

Sin embargo, la existencia de docentes hostigadores contra sus alumnos no es de ninguna manera la mayoría en los centros escolares, tratándose de unidades, que como hemos dicho anteriormente, no están realmente capacitados para enfrentar con ecuanimidad y sabiduría los retos que plantea la faena cotidiana de educar.

COMO SON LOS ACOSADORES

Entre los niños y jóvenes que acostumbran a ser acosadores, hay patrones muy diversos de personalidad; no obstante, son bastante habituales los que en este apartado describimos, con mayor o menos incidencia en unos y otros.

COMO SON LOS ACOSADORES

- Liderazgo negativo
- Centrados en sí mismos.
- Menos sensibles y poco reflexivos.
- Más fuertes físicamente.
- Propensos a la violencia.
- Controladores
- Vengativos
- Aprovechados
- Menos aplicados a los estudios.
- Con problemas psicológicos de fondo

En cada caso será necesario hacer un análisis de la personalidad y de las motivaciones que cada uno de ellos tiene para convertirse en un momento dado en una persona que persigue de forma reiterada a otros compañeros, aunado a los antecedentes familiares y a las circunstancias actuales las relaciones dentro del grupo.

Liderazgo negativo: existe en los un porcentaje considerable acosadores escolares una marcada tendencia a ser líderes de grupo, o de una parte del grupo, lo que les coloca en favorable posición para poder actuar apoyado en otros y planificar acciones generalmente contrarias a las normas disciplinarias de la escuela. Este liderazgo lo logan gracias a su personalidad asertiva y poco escrupulosa que los hace atractivos para los que necesitan de un “jefe” que los guie.

Centrados en sí mismos: para muchos de estos acosadores, la principal referencia es su propia persona y todo

debe girar en torno a sus intereses. Las actividades festivas, deportivas y hasta las que indisciplinarías lo tienen como el personaje central o al menos como uno de los principales, tanto se trate de varones como de niñas. De ahí el poder que tienen para lograr aislar o bloquear socialmente a cualquier compañero o compañera que les desagrade.

Menos sensibles: suelen mostrar poca capacidad de empatía y de sensibilidad hacia las adversidades de los demás, aunque no sea de forma absoluta, porque en esto pueden darse variantes según el género y según el componente de la empatía (cognitivo o afectivo), pero si como rasgo bastante notable. Generalmente se comportan como personas poco conscientes de las consecuencias de sus actos y muestran poco o ningún arrepentimiento del sufrimiento que pueda causar a los compañeros que acosan, lo que los predispone a recaer con facilidad en tales actitudes.

Más fuertes físicamente: especialmente entre los varones, el tipo del acosador es con frecuencia uno de mayor talla y fuerza muscular; muy hábiles para las actividades físicas como los deportes, sobre todo los más bruscos o violentos como el boxeo, la lucha y el fútbol (incluido el llamado fútbol americano), aunque también sienten mucha atracción por los que se caracterizan por el peligro o la velocidad, cualidades estas muy valoradas entre los jóvenes, especialmente en la adolescencia.

Propensión a la violencia: sean o no más dotados de fuerza muscular, lo cierto es que casi todos exhiben una marcada inclinación al comportamiento agresivo o violento: se ven envueltos muchas veces en peleas, fuera o dentro de la escuela; agreden a otros sin motivo o por nimiedades; no tienen una adecuada capacidad de autocontrol ante las frustraciones; les gusta los juegos a base de golpes para demostrar quién pega más fuerte y según demuestran algunos estudios, están más expuestos a juegos violentos en la Internet o videojuegos.

Controladores: tanto en sus relaciones de grupo como con sus hermanos o hermanas, si los tiene, acostumbra a querer controlar y a imponer sus modos de actuar y de pensar. Si los que forman parte de su entorno en la escuela, no lo siguen en esta intención dominadora, es muy posible que lleguen a una situación de confrontación con él o ella que puede hacerlos "caer en desgracia" y ser entonces blanco de agresiones. Sobre todo entre las niñas, no es raro que le impongan al grupo con quien pueden o no hablar o relacionarse.

Vengativos: no pocas veces la conducta de acoso es una manera de vengarse de una supuesta afrenta, aunque esta no sea más que un rumor o un chisme con mala intención, de una acusación de un compañero por haberlo estado hostigando o por alguna otra circunstancia de la que considera necesita tomar revancha. Las publicaciones en las redes sociales de cartas, fotos o eventos destinadas a dañar la reputación de otra persona responden casi siempre a este propósito de venganza.

Aprovechados: la perspectiva de una ganancia material fácil a costa de otros más débiles, es también con frecuencia una de las motivaciones de acoso en forma de extorsión con amenazas. Así, se aprovechan del atemorizado compañero quitándole dinero, comida de su merienda o almuerzo, útiles de trabajo, prendas, juguetes (especialmente entre los más pequeños) e incluso obligándolo a hacerle tareas asignadas en determinadas materias.

Con problemas psicológicos de fondo: si bien no todos los escolares que se comportan como hostigadores presentan trastornos de índole emocional, se dan casos en los que detrás de esos comportamientos están actuando como causa, directa o indirecta, alteraciones afectivas como la baja autoestima, un estado depresivo o de ansiedad derivados de frustraciones personales o familiares. Esto es lo que sucede cuando un estudiante que ha estado siendo víctima de acosadores, se transforma a su vez en un acosador como una

forma de compensar la merma en su autoestima y autoconfianza que esas experiencias le han provocado.

Es importante insistir en el hecho de no todos estos rasgos o características de personalidad que se han descrito, son de presencia obligada, sino rasgos generales de los en un momento de su vida escolar se convierten en acosadores, y que cada uno tendrá un perfil particular en el que se combinan dos o más de esas características.

Otro aspecto importante en este tema del acoso es que los roles de víctima y victimarios no es necesario de carácter fijo, pudiendo cambiar a lo largo de los años en la escuela. Así, quien fue antes acosador puede convertirse después en acosado y viceversa, o jugar ambos papeles al mismo tiempo.

Swearer, Cary y Frazier-Koonts reportaron haber dado seguimiento a estudiantes de escuela media durante tres años encontrando que el 87% de su muestra estudiada cambió su rol en este sentido durante mientras cursaban esos años intermedios. Estos autores definen estos papeles cambiantes con un modelo cuadricular: acosador – aliado del acosador – espectador – acosado.

Por lo tanto es necesario tomar esto en consideración y evitar utilizar esquemas de dos extremos como sería acosadores y acosados netamente diferenciados en sus rasgos de personalidad.

LAS FAMILIAS

Iniciemos por describir los tipos de familias que se han observado en los estudiantes con conductas de acoso. Aquí también vale aclarar que no se trata de perfiles familiares uniformes, sino de aspectos que son más incidentes en los

LA FAMILIA DEL ACOSADOR

- Modelos agresivos
- Deficiente aprendizaje de la identificación de las emociones y de su control.
- Padres poco interesados o justificadores.
- Poca vida familiar

contextos domésticos de estas personas.

Modelos agresivos: es muy difícil, salvo circunstancias personales extraordinarias como una patología mental o física que afecta la conducta, que un niño que se cría y educa en un medio familiar funcional y en el que no se dan modelos de comportamiento violento, sea físico o verbal, o ambos, sea una persona que acostumbre a estar agrediendo a otros.

Lo contrario, los que viven en esos ambientes donde la agresión forma parte del diario vivir, o si no es frecuente, se da de manera intensa en ciertos momentos, es natural, y así lo revelan los estudios, que muestre mayor inclinación a imitar tales modos de relacionarse. Es el caso de los que experimentan la violencia intrafamiliar, entre los adultos, o entre estos y los hijos, muchas veces ligada a reacciones de tipo emocional que predisponen más a las respuestas violentas en momentos de irritación o frustración.

La exposición a los modelos violentos no solamente se puede dar en el hogar por medio de los padres o adultos que allí conviven, sino también en los hábitos y formas de pensar. Entre los hábitos podemos mencionar las maneras bruscas de comunicarse, las expresiones ofensivas y de intolerancia al hablar de otras personas ajenas al medio familiar (vecinos, amistades, figurad públicas, etc.), lo que se permite y acostumbra a ver en la televisión y el cine, los juegos que se compran a los hijos (videojuegos violentos, armas), los gestos adustos y amenazantes cuando se discute o se quiere imponer una orden, y, finalmente, la poca conciencia que tienen los adultos para inculcar a los menores a su cargo la sensibilidad y la solidaridad con el sufrimiento de los demás. Es típico de algunos de estos padres, más bien dar a sus hijos una imagen del mundo como un lugar el que no se impone y “pega primero”, es un perdedor.

Deficiente aprendizaje de la identificación de emociones y de su control; padres autoritarios: muy

unido a las características anteriores, es el hecho de que no existen modelos ni aprendizaje apropiado y desde las primeras edades, de control de las emociones. En esos ambientes es moneda corriente el descontrol ante situaciones de conflicto, en forma de gritos, tiradas de puerta, lanzamiento de objetos, o, en padres muy autoritarios y con un autocontrol frío y falto de emociones, el responder con castigos físicos o abusos de autoridad ante cualquier evento que considere que se sale fuera de su mando o capricho, sin que medie ningún tipo de diálogo. Esta actitud, si bien no es un típico ejemplo de descontrol, si lo es de una deficiencia en la educación de la formación para el autocontrol emocional porque se basa exclusivamente en una especie de obediencia militar y en una actitud arbitraria, más que en la promoción de la inteligencia emocional mediante la identificación de los afectos, el uso del razonamiento sobre el porqué de los mismos y la reflexión sobre las consecuencias de los actos.

Padres poco interesados o justificadores: para muchos padres de estudiantes acosadores, el mandarlos a un centro escolar es como quién envía un objeto para que se lo preparen bien y pueda después tener una profesión con la que ganarse la vida; el resto de los aspectos de la educación no les interesa. Y si surge alguna vez un conflicto disciplinario con el hijo, tratan de resolverlo utilizando los castigos o criticando a la escuela por “no saber manejar esos problemas sin tener que estar importunando a los padres”. Y si el hijo resulta ser un hostigador, su actitud puede ser la de justificar la situación diciendo que “ese es problema de los demás que no saben defenderse”. Otras veces argumentan que si bien no aprueban la conducta del hijo o hija, los demás, y la propia escuela, no están exentos de culpa. Por eso decimos que son padres que no se interesan realmente por la educación integral de sus hijos, y/o cuando surgen problemas con su disciplina, buscan la manera de rebotar las culpas. Esto último quizá sea una forma de proyectarla hacia otros para no aceptar que tienen parte de responsabilidad sobre las conductas de sus hijos.

Poca vida familiar: se ha visto igualmente que no se dan niveles adecuados de cohesión intrafamiliar y que son pocas las veces que se producen reuniones familiares en las que se intercambien opiniones y consejos sobre aspectos de la vida diaria, y en este caso, de la vida escolar. Las comunicaciones están constreñidas a los aspectos fundamentales del día a día sin que existan tiempos y espacios para compartir experiencias importantes y que puedan ser al mismo tiempo formativas. En términos generales, no existe una supervisión suficiente, lo que cual se va agravando con el crecimiento de los hijos. Podríamos decir que, en estas circunstancias, los hijos no encuentran en los padres un motivo para que los conduzca en su vida social, unos modelos que al ser internalizados, formen parte de su propia conciencia y les sirva de acicate para el buen comportamiento.

LAS FAMILIA DE LAS VÍCITMAS

- Mayor tendencia a la sobreprotección.
- Padres menos autoritarios pero con disciplina inconsistente.
- Deficiente aprendizaje del manejo de conflictos interpersonales.

Respecto a las familias de los estudiantes víctimas de acoso en la escuela, se han descrito rasgos peculiares, aunque algunos son similares a los que hemos mencionado para las familias de los victimarios.

En los casos de estudiantes que sufren acoso solamente por, como mencionábamos más arriba, “haber caído en desgracia”, sin que exista en sus personalidades ningún tipo de rasgo que los haga más vulnerables, no deben tener, al menos en general, los patrones de vida familiar que ahora explicaremos.

Mayor tendencia a la sobreprotección: en las familias de estudiantes que sufren abusos de parte de otros es más común encontrar tendencias sobreprotectoras de parte de los

padres o de uno de ellos, especialmente la madre o una abuela,

El niño que es criado sobreprotegido, es decir, que no se le permite a lo largo de su crecimiento ir desarrollando por sí mismo las habilidades y capacidades adecuadas para desenvolverse con independencia creciente, suele mostrarse inseguro y con más tendencia a la ansiedad y los miedos en caso de que esa experiencia de sobreprotección no se acompañe de un temperamento enérgico y asertivo. Cuando ingresan en la escuela, no tienen las mismas destrezas sociales que los que han experimentado crianzas más normales, y eso los pone en situación de desventaja ante el grupo y más indefensos ante las actitudes abusivas de los compañeros.

Padres menos autoritarios y con disciplina inconsistente: en estas familias es frecuente también que la autoridad paterna sea más laxa, poco consistente y por tanto ambigua. Cuando esto es así, los niños no logran internalizar normas y obligaciones claras pudiendo abocarse igualmente a desarrollar personalidades inseguras, o, una visión deficiente de la disciplina. Lo mismo que sucede en muchos casos de familias de estudiantes inclinados al acoso, en las familias de las que suelen sufrir los acosos se da
poca supervisión de las actividades de los hijos: de lo que hacen en la escuela, de lo que ven en Internet o en televisión, o del tipo de amigos que tienen. Por esa razón los padres no se enteran o lo hacen tarde de que el niño o el adolescente está siendo víctima de algún tipo de abuso.

Deficiente aprendizaje del manejo de conflictos interpersonales: una de las características de los estudiantes más predispuestos a ser víctimas, es su poca capacidad para poder enfrentar con éxito las relaciones interpersonales conflictivas. Su tendencia es más bien evasiva, de huida y de sometimiento. Esto se debe, en parte, a que no han encontrado en sus padres, el apoyo y la guía necesaria para poder desarrollar estas capacidades. Son niños

o adolescentes que no saben cómo salir indemnes de una situación de confrontación; cómo contestar a insultos o burlas; cómo defenderse y saber cómo buscar de ayuda cuando es necesario.

EL CONTEXTO ESCOLAR

Siendo el contexto escolar la atmósfera donde se producen los problemas en las relaciones entre los estudiantes, hay que considerar la influencia que pueden tener en la emergencia, permanencia y secuelas de los actos de acoso. Las escuelas pueden hacer mucho, más de lo que generalmente han hecho, para disminuir la incidencia de estos problemas y atenuar las posibles consecuencias que puedan tener sobre los estudiantes, sus familias y el proceso educativo en general.

FACTORES ESCOLARES NEGATIVOS

- Escuelas masivas
- Poca vigilancia
- Ausencia de prevención.
- Academicismo
- Disciplina de tipo negativo.
- Poco o ningún apoyo a las víctimas.
- Manejo inadecuado de las situaciones de acoso.

Cuando se producen casos muy llamativos de acoso en una escuela, o una reacción fatal en una de las víctimas, se dan circunstancias extremadamente desagradables para toda la comunidad escolar. Aparte de las implicaciones legales que pueda haber, la escuela tiene que tomar decisiones delicadas en relación al o a los estudiantes implicados en el hostigamiento. Esto causa a su vez, casi invariablemente, de parte de las familias de aquellos alumnos, reacciones que complican aún más el asunto.

Así pues, que los centros escolares tengan claro cuál puede ser su influencia, negativa o positiva, en la aparición de estos trastornos relacionales entre estudiantes, y también, volvemos a insistir, entre éstos y los docentes, es de fundamental importancia.

Escuelas masivas: Kasen y colaboradores en extensos estudios realizados entre 1998 y 2004, demostraron que en escuelas donde la cantidad de alumnos por maestro es muy grande, se producen aumentos significativos de todo tipo de problemas de conducta. Suelen ser escuelas con alto nivel de conflictividad en las que es más fácil que se den acosos. Una escuela masiva tiene también aulas muy pobladas en las que son más frecuentes los roces entre los alumnos y difícil la atención individualizada de parte de los docentes. Lamentablemente, la tendencia de las políticas de educación, por razones presupuestarias, es concentrar la mayor cantidad de estudiantes en un solo centro escolar en las comunidades cuando se trata de escuelas públicas, o por aumentar los ingresos por matrícula y mensualidades en las privadas.

Poca vigilancia: incluso cuando no se trata de escuelas grandes, la vigilancia y supervisión falla en la mayoría. Existen espacios de los centros escolares donde los abusos de unos estudiantes contra es de esperar que se presenten con más frecuencia, como los baños, los pasillos, las áreas de juego externas, las escaleras, y en las aulas de clase cuando se quedan sin un adulto que vigile. Es natural que donde no existe vigilancia, los acosadores aprovechen para actuar con impunidad. Esto pada en horas en las que no se están dando clases, los maestros y profesores están en reuniones, haciendo informes, comiendo o simplemente conversando entre ellos, y los alumnos están sin supervisión, o en todo caso, con personal no docente poco preparado para esas labores.

Ausencia de prevención: lo anterior es consecuencia de la no existencia de programas planificados de prevención de problemas de conducta. No existe escuela o lugar donde se concentren niños (incluso sucede con adultos) donde no surjan conflictos en la interacción. Sin embargo, las escuelas no toman mucho en cuenta esta verdad tan evidente y esperan más bien a que emerjan los problemas para entonces “apagar el fuego”. Es conocido el dicho de que “más vale prevenir que curar”, y en

el tema que nos ocupa es de importancia fundamental el tenerlo en consideración.

Academicismo: esta palabra la citamos aquí queriendo aludir a la importancia excesiva que dan los centros escolares al contenido de las asignaturas del programa académico en detrimento de una formación más integral, que incluya la internalización mediante la práctica planificada e intencionada de los valores de convivencia social, especialmente de los tres más básicos que resumimos en las siglas RSR:

Responsabilidad, Solidaridad y Respeto

Y aunque en el papel se diga que la escuela si toma en cuenta la enseñanza de estos principios humanistas, en la realidad se limita a alguna que otra charla esporádica, a algunos consejos moralizadores de parte de docentes u orientadores y, sobre todo, a castigar las conductas que los infringen, pero no se da una verdadera planificación que los introduzca de manera transversal en todo el que quehacer diario del centro.

Disciplina de tipo negativo: es el prototipo de acciones de las escuelas tradicionales para atender los problemas de conducta o las infracciones a los reglamentos establecidos. Se trata más que todo de asignar penas según la infracción al estilo de una corregiduría o de un juzgado más que de acciones educativas. Los resultados que se obtienen con este tipo de disciplina que se ha llamado negativa, son frecuentemente lo contrario de lo que en realidad se desea, que es el aprendizaje de alternativas razonadas de conducta, de que el alumno sustituya sus comportamientos inadecuados por otros socialmente aceptables y positivos. A esta disciplina negativa oponemos la llamada disciplina positiva, y las diferencias entre ambas se exponen en el cuadro siguiente.

DISCIPLINA NEGATIVA	DISCIPLINA POSITIVA

Emergente: actúa cuando surgen los problemas.	Planificada: actúa antes de que surjan los problemas.
No es parte de la enseñanza: se espera que los alumnos vengan ya disciplinados de sus casas.	Es parte del currículo escolar: es un eje transversal.
No toma en cuenta la diversidad ni los factores que anteceden la conducta.	Considera las diferencias y antecedentes de cada alumno.
Autoritaria: exige sumisión y la obediencia en silencio. No permite que se pueda razonar sobre causas y consecuencias.	Democrática; estimula el diálogo y el razonamiento: es realmente educativa.
Centrada en el castigo, en la sanción.	Centrada en el estímulo, en los logros, en los aspectos positivos del alumno.
No induce a colaborar ni a aprender. Provoca con frecuencia rencor en los alumnos.	Favorece la motivación y el aprendizaje. El alumno comprende que se le quiere ayudar a superar sus problemas.
Impuesta: se hace así porque así está escrito y no se discute.	Participativa: todos participan en discutir y mejorar los aspectos disciplinarios.
Ve al alumno como una persona problemática: el alumno es el malo.	Ve al alumno como una persona con problemas: el alumno tiene conductas no buenas que necesita cambiar por su bien.
Atenta contra derechos individuales del alumno(a): es autoritaria, no democrática. El alumno debe respetar pero él no es respetado.	Respeta los derechos individuales del alumno(a): es democrática aunque con respecto a la autoridad.
Perjudica las relaciones estudiante-padres: hay consecuencias negativas en la casa que pueden llegar al maltrato.	Incide positivamente en las relaciones estudiante-padres: los padres colaboran con la escuela para ayudar al estudiante.

Poco o ningún apoyo a las víctimas: con excepciones que siempre hay, es lo común que los docentes no brinden el apoyo en los momentos precisos y en los que se son necesarios, a los estudiantes que están siendo víctimas de hostigamiento. Es verdad también, que muchos de estos eventos se les escapa, no los perciben, ya sea por falta de

vigilancia como antes hemos dicho, o por no pensar en su posibilidad, precisamente por desconocer las señales de que algo está sucediéndole a uno de sus alumnos. No es raro oír decir a un estudiante acosado que los maestros o profesores les responden con frases como: “defiéndete pues”, “no me vengas con quejas que no tengo tiempo para eso”, “eso te pasa por ser así”, “no les hagas caso”… y cosas similares que denotan el poco interés, y también, a poca preparación de la mayoría de los docentes en este tema. Este tipo de respuestas aumenta aún más la sensación de inseguridad y de soledad e indefensión del acosado antes sus atacantes.

Mal manejo de las situaciones de acoso: a las respuestas irresponsables que mencionamos en el apartado previo, debemos sumar el mal manejo que muchas veces se hace cuando por fin se descubre una situación de acoso contra un estudiante. La manera en que se informa a los padres del o de los victimarios, la manera en la que se intenta corregir el problema con expulsiones impulsivas que originan la contra reacción de la familia afectada, sin hacer una investigación cabal, centrada en factores reales que estén influyendo, así como en la ausencia de políticas de mediación, constituyen generalmente el modo en que la escuela responde ante casos de hostigamiento. La enemistad entre familias, que no pocas veces trasciende al resto de la comunidad educativa, la profundización de la aversión de los acosadores ante sus víctimas y la mala imagen del centro escolar son las consecuencias habituales de este modo de afrontar tales problemas.

LA INFLUENCIA DEL GRUPO

La influencia del grupo es importante en la promoción y el mantenimiento de las conductas de acoso, sea acometida por uno de ellos o por varios, aplaudiendo y

FACTORES DE GRUPO

- Contagio social por similitud,
- Dominancia de un líder.
- Atracción que ejerce el acosador principal.
- Desinhibición de impulsos

participando activamente o como espectadores que celebran lo sucedido. Hay casos en los que alguien del grupo puede intervenir a favor del acosado, pero lo general es lo contrario.

Algunos autores sostienen como como causas de la participación de otros estudiantes la similitud de la disposición, la dominancia de un líder y la atracción que ejercen sobre gran parte los compañeros quienes se presentan con modales más rudos y agresivos.

En el primer caso, se diría que estudiantes con tendencias parecidas que los hacen proclives a las conductas agresivas, a las acciones contra-sistema, y a la búsqueda de víctimas en las que satisfacer estas tendencias, se buscan y se asocian; como dice el proverbio: “Dios los cría y ellos se juntan”.

En el segundo caso, un lidercito dominante logra implicar a los que le siguen en sus intenciones y en sus travesuras, teniendo aquellos como compensación el ser reconocidos y aceptados por él o ella, lo que en cierta manera los coloca a salvo de convertirse en víctimas; se sienten protegidos y acaban identificándose con quien los lidera.

En el tercer caso, el de la atracción, un estudiante que se muestra agresivo, imponente, brusco en su trato y dominador, es objeto de admiración de parte de compañeros y compañeras por la importancia que estos rasgos de personalidad adquieren en las sociedades donde reina la cultura de la violencia, siendo el más popular el que más puede en este sentido; el rebelde que no se deja controlar por las normas; el que puede vencer a todo el que se le oponga, el que es todo lo contrario de un *nerd.*

Sin embargo, no siempre hay una actuación colectiva en los casos de acoso. Habiendo los que la interacción se da de uno a uno, de acosador a víctima. Estos son, por ejemplo, algunos casos de extorsión o de aquellos en los que el hostigador no es precisamente un estudiante popular, sino más bien uno que de acosado ha cambiado su rol al de acosador contra alguno o alguna aún más débil.

Para otros autores, el acosen en grupo es también una forma de compartir responsabilidades, así las culpas no caen sobre uno solo. Es, diríamos, como en la obra de Lope de Vega: *¿Quién mató al Comendador? / Fuenteovejuna, Señor / ¿Quién es Fuenteovejuna? / Todo el pueblo, Señor*».
Este asumir una responsabilidad conjuntamente no creemos que sea, en realidad un acto consciente del grupo; no se dicen a sí mismos: “vamos a hacerlo todos para que no culpen a ninguno”. Es más bien un hecho asumido de forma instintiva, no consciente, salvo raras excepciones.

De todos modos, muy ligado a estas condiciones citadas, está el hecho de la desinhibición del control de impulsos que ante determinadas circunstancias propicias, se produce en jóvenes que por una deficiencia educativa, o por rasgos de su carácter, se dejan llevar por las emociones momentáneas. Estas circunstancias pueden ser un estado de excitación provocada por el líder del grupo, por una reacción inadecuada de la víctima o por un hecho reciente que consideren exige de su parte una reacción inmediata. Por ejemplo; cuando la clase ha sido castigada por culpa de uno solo, o cuando por alguna situación accidental, uno de sus compañeros populares ha salido herido o agraviado y necesitan “vengarlo”. Aquí está implícita la creencia de que la conducta agresiva se justifica como forma de relación social, no importando tanto sus consecuencias.

FACTORES COMUNITARIOS

FACTORES COMUNITARIOS

- Subcultura de la violencia.
- Estilos de relación predominantes.
- Los medios de comunicación

En la comunidad, tanto si nos referimos a ella como la sociedad en sentido amplio, o a una parte de ésta como una barriada, hay factores que contribuyen a moldear hábitos y conductas, teniendo algunas de ellas las características de verdaderas subculturas en las que los elementos predominantes son claros determinantes de las formas de comportamiento de quienes la componen. Y qué duda cabe de que también juegan un papel influyente en las formas de relación interpersonal de los estudiantes en la escuela.

SUBCULTURA DE LA VIOLENCIA

Los ambientes comunitarios en los que la pobreza es lo característico, la violencia es su acompañante habitual. Las pandillas, el reclutamiento de niños y adolescentes para el narcotráfico y el sicariato, o para otros actos delictivos, así como la violencia entre vecinos por cualquier diferencia, son la tónica del diario vivir. En este tipo de escenarios no es sorprendente que las personas vivan constantemente a la defensiva y en medio de una inseguridad total; la vida en esas barriadas se cotiza muy poco o casi nada.

Cuando un niño que crece en estos ambientes llega a la escuela, es natural que sea un estudiante con inclinación a las reproducir el mismo estilo de comportamiento aprendido si es una persona que se ha adaptado a esa vida. Sin embargo, hemos tenido también casos contrarios,

es decir, de jóvenes que por estar inmersos en un medio tan amenazante e inseguro, en la escuela son propensos a manifestar reacciones de temor y de ansiedad que a su vez los pueden convertir en blancos de los abusos de esos otros que se comportan de forma agresiva y que por cualquier “quítame allá esas pajas”, reaccionan con violencia.

De esto conoce suficiente el personal de las escuelas situadas en áreas clasificadas como “rojas”, donde las propias escuelas son víctimas del vandalismo y no es raro que algunos estudiantes lleven armas en sus mochilas.

ESTILOS DE RELACIÓN PREDOMINANTES

Pero, sin vivir necesariamente en una comunidad a la que podamos encajar como parte de una subcultura de la violencia, aquellas donde el común de las gentes tienen un nivel cultural bajo y se funciona a niveles emocionales muy primarios, donde se piensa poco antes de reaccionar ante una situación conflictiva, se adquieren estilos de conducta que marcarán al individuo, a menos que cuente con factores protectores, es decir, circunstancias que le permitan desarrollar formas más positivas de comportamiento o prosociales. Estos factores pueden ser: la influencia benéfica de una determinada persona; un carácter que lo incline a dar importancia y asimilar valores de convivencia; o el que sus padres prudente e inteligentemente le busquen ocupaciones que lo mantengan alejado de las malas influencias que lo rodean.

El estilo de conducta que se aprende viviendo en estas comunidades, se caracteriza, aparte de lo dicho antes de las reacciones muy emocionales (lo cual quiere significar que no ha habida un desarrollo adecuado de la inteligencia emocional), de un lenguaje y gestos más bruscos y de desconfianza, estando generalmente más a la defensiva, incluso cuando no es necesario; y de una percepción de la existencia como si fuera una lucha entre depredadores,

cosa que en realidad no está muy lejos de la verdad, pero que no puede ser lo que modele la conducta del día a día de una persona.

LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

No es creíble que haya una persona que cuente con una formación intelectual media, que no se percate de la influencia perniciosa que ejercen los medios de comunicación comerciales en la juventud de nuestros días. Aunque tampoco se libran de ellos personas adultas que no han logrado la suficiente capacidad de juicio crítico. La televisión especialmente, siendo un avance tecnológico de tanto alcance social, ha marcado nuestra época hasta el punto de que se le puede llamar la “era de la televisión”, y solamente es igualada, y superada, por la Internet y los teléfonos celulares en su importancia en la vida de las personas.

No obstante, si bien estos medios tienen su dimensión positiva en cuanto a haber hecho posible la comunicación expedita y el acceso prácticamente ilimitado a la información, por otra parte no han escapado a su uso lucrativo en el que no son precisamente los escrúpulos por los valores lo que priman. Tanto la Internet como la televisión son transmisores de la cultura de la violencia, de los antivalores más básicos, de la pornografía y de la cultura barata y ramplona. Cómo no pensar que los estudiantes no van a estar influenciados en sus mentes aún inmaduras por las imágenes, las expresiones y las acciones que ven por esos medios sin incorporarlas a su propios modos de pensar y de relacionarse.

A estas malas influencias hay que añadir la libertad que existe en la Internet para cometer toda clase de ultrajas a las personas, a través de los mensajes de Facebook, de Twitter y otras redes sociales, lo que ya citamos como acoso cibernético.

Así pues, contextos sociales donde predominan los estilos agresivos de conducta, la mala influencia de la televisión (y de algunas producciones de la cinematografía) y de la Internet, así como la posibilidad de su uso para hacer daño, son factores importantes a considerar para entender el fenómeno del acoso en nuestro tiempo.

EL SILENCIO DE LAS VÍCTIMAS

POR QUÉ SE CALLAN LAS VÍCITMAS

- Falta de confianza.
- Miedo a que se agrave la situación.
- Temor a ser castigado.
- Evitar la obligación a defenderse.
- No querer cambiar de escuela
- Temor a que le quiten el celular o la computadora

El no comunicar a tiempo loe hechos de violencia o de cualquier tipio de abuso por parte de los afectados, contribuye a prolongarlos y a producir resultados adversos más arraigados.

Pero este silencio obedece a razones, no siempre las mismas, pero que son las que generalmente se alegan por parte de los niños y jóvenes víctimas de acoso. Sin embargo, no todos los afectados se callan, sobre todo los más pequeños, que comunican a sus padres o maestros cuando otros los están molestando insistentemente. Pero con el pasar del tiempo, la falta de respuestas o el sentimiento de desconfianza se van apoderando de muchos de los que son acosados, optando entonces por sufrir en silencio sus desventuras con los compañeros de escuela.

Falta de confianza: las respuestas inadecuadas de los docentes cuando se les reporta algún caso de acoso, o el que no se les crea, o que nadie, en realidad pueda lograr que las cosas cambien, por malas experiencias previas en este sentido, es una de las razones por las cuales muchos estudiantes prefieren ocultar lo que les está pasando en su relación con otros. Por eso no es de extrañar que haya

casos de hostigamiento que no se descubren hasta que alguien más lo reporte, o que el afectado caiga en un estado emocional alterado muy evidente o, incluso, después de haber cometido suicidio.

Miedo a que se agrave la situación: si se da aviso a los padres, estos se quejarán a la dirección de la escuela, la cual llamará al estudiante hostigador y le impondrá una sanción, que puede ser desde una mala nota en conducta hasta una expulsión de un par de días, además de quejarse a sus padres. El estudiante quejoso queda ante el grupo como un “acuseta” y corre el peligro de ser sometido a mayor presión y persecución. Básicamente, esto es lo que ha sucedido frecuentemente: no se resuelve por los medios
más efectivos el problema y acaba agravándose más.

Temor a ser castigado: también puede pasar en ocasiones, que un niño, piense que en vez de obtener una respuesta de apoyo de parte de los padres, más bien quede mal con ellos y procedan a castigarlo, lo cual sucede especialmente cuando en el hogar existe un clima de autoritarismo, con un padre varón que pueda reprocharle que no sepa defenderse; y aunque al final eso no suceda, la figura exigente del padre induce en el niño esa idea.

Evitar ser obligado a defenderse: muy similar al caso anterior, es el de los niños que los padres presionan para que se defienda ellos mismos. Es posible que el estudiante haya estado oyendo de sus padres que no se deje molestar, burlar o atacar sin devolver con la misma moneda. Hay niños que se apegan a esta orden y se defienden agresivamente, incluso en situaciones que no lo justifican, pero otros, más tímidos y menos seguros de sus propias habilidades físicas o verbales, se sienten amedrentados y angustiados antes este tipo de expectativa, sobre todo porque saben que si no lo hacen se lo van a recriminar.

No querer cambiar de escuela: el ser acosado en una escuela, donde además no se logran soluciones satisfactorias, obliga a los padres a buscar otras escuelas como alternativa. Esa idea de un cambio de escuela puede satisfacer a un estudiante cuando la situación se ha tornado ya intolerable, pero en otros, tener que afrontar un nuevo ambiente, especialmente cuando se ha vivido en la actual tantas malas experiencias que le han originado inseguridad y malestar emocional, resulta una perspectiva angustiosa. Parece que en esto se aplica lo de “más vale malo conocido que bueno por conocer”. Pero también, el rechazo a esta solución, puede estribar en que el alumno acosado, a pesar de todo, tiene algunos amigos en su escuela de los que no desea alejarse.

Temor a que le quiten el celular o la computadora: cuando el hostigamiento es también a través de mensajes telefónicos (de voz o escritos), o la computadora (acoso cibernético), la reacción de los padres, podría ser el obligar al hijo a no usar el móvil o la computadora, o en todo caso controlar muy estrechamente los mensajes que recibe en la computadora. Esto entonces, puede ser un motivo para mantener silencio acerca de ataques que se dan por éstas vías.

En esta primera parte del libro hemos expuesto de la manera más sucinta posible, las generalidades del tema del acoso escolar: su definición, las características de los implicados, la influencia de factores personajes, de grupos familiares y escolares, así como las reacciones acostumbradas y las consecuencias a corto y largo plazo tanto en los que acosan como en los que son víctimas. Pasaremos en las dos secciones siguientes, a sugerir planes de prevención y de tratamiento para las escuelas,

SEGUNDA PARTE

PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

LINEAMIENTOS PARA LA PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

La prevención del acoso en la escuela debe formar parte de un plan más amplio de prevención de los trastornos de conducta en general; no puede ser un programa aislado porque no tendría efectividad. Es necesario, pues, considerarlo como parte integrante de una política escolar enmarcada dentro de una filosofía educativa fundamentada en un concepto integral de la formación del ser humano en desarrollo; de una formación que no se base únicamente en la enseñanza de una serie de contenido, sino también, y con igual importancia, en la internalización de valores positivos para la convivencia humana y en la promoción de la capacidad de razonamiento, de juicio crítico y de la inteligencia emocional.

En esta sección del libro trataremos los 10 puntos en los que basamos nuestro plan de prevención, el primero de los cuales es un clima escolar armónico, positivo.

10 PUNTOS PARA LA PREVENCIÓN

- La promoción de un clima escolar positivo.
- Entrenamiento a docentes.
- Orientación a padres.
- Orientación a estudiantes.

LA PROMOCIÓN DE UN CLIMA ESCOLAR POSITIVO

El clima escolar positivo es aquél en el que los conflictos interpersonales, tanto entre estudiantes como entre éstos y el personal, y entre éstos y las familias de los alumnos, está reducido a un mínimo posible, y esto se puede conseguir con un enfoque democrático humanista de la educación, en el que se dé más importancia a la formación completa de la persona y se dejen de lado exigencias inútiles que solo obedecen a normas tradicionales que, en realidad, no hacen mejor a nadie; como tampoco a modos ya obsoletos de disciplina y de imposiciones verticales que no toman en cuenta los reales intereses de los alumnos.

Cuando se menciona la educación democrática, las personas ancladas en una visión autoritarita de la educación, se escandalizan porque alegan que bajo ese nombre se está promoviendo una escuela en la que los estudiantes “hacen lo que les da la gana”. Pero nada más lejos de lo que significa una escuela democrática. Si trasladamos esto a la sociedad, podríamos entonces decir que las dictaduras son preferibles a las democracias, las verdaderas democracias, porque en éstas los ciudadanos andan sin ley. Todo sabemos que este

argumento no es más que un disparate, ya que toda democracia que se precie, existen leyes que se deben obedecer y autoridades encargadas de hacerlas cumplir, y nadie puede pensar que ellas están en libertad de imponer caprichos o arbitrariedades, o de faltar al debido respeto que se merecen los ciudadanos, así como éstos al que aquellos se merecen.

Lo que caracteriza a una democracia es la que se fundamenta en la equiparación de las oportunidades, el acatamiento pleno de los derechos individuales y la convivencia en la que derechos y deberes se conjugan, prevaleciendo la justicia y su obligado corolario que es la paz. Y en esto se debe basar la educación si queremos que los estudiantes aprendan a ser personas que entienden y aprecien bien lo que es vivir en democracia. Lo contrario, establecer sistemas escolares en los que se vive una especie de dictadura de los adultos, sin tomar en consideración esos pilares de la vida democrática que acabamos de indicar, es darles una visión deformada de lo que tendrán que vivir después.

Los alumnos irán con mayor satisfacción a centros escolares en los que perciben que ellos son el centro del programa, y que sus necesidades, académicas, emocionales e interpersonales son bien atendidas. Es la escuela centrada en el alumno, y no lo que tradicionalmente ha sido, de una escuela donde el programa es el centro y los alumnos tienen que amoldarse como en el mítico lecho de Procusto.

La educación escolar tradicional, que aún impera aunque se le quiera maquillar, se caracteriza básicamente porque se centra en la adquisición memorística de la información; está dirigida a la producción de profesionales o técnicos; da preeminencia a las llamadas “materias académicas” (= más importantes); está motivada por una concepción meramente utilitarista de la vida, es decir, prepara para producir, y se rige por una visión que inevitablemente conduce a la educación exclusiva. Además, su disciplina se fundamenta principalmente en la imposición y el castigo. En estos sistemas no se tiene siempre clara la diferencia entre enseñar y educar, y por eso el primer término es el que adquiere preeminencia. Sin embargo, educar es un término comprehensivo que incluye el enseñar o instruir, pero de igual

manera y con la misma importancia, la formación integral, lo que significa, a nuestro juicio, que la verdadera meta de la escuela, no es formar técnicos, sino personas con sensibilidad espiritual y ética, con una profunda preparación en humanidades y con una sólida base científica. En el sistema tradicional vigente se suele tomar como metas de la educación lo que en realidad no son más que los medios para eso fines más altos ya mencionados.

Esta disquisición sobre los sistemas educativos viene al caso porque con un enfoque más moderno y más adecuado a lo que es una verdadera preparación para la vida, se logran escuelas mucho más atractivas y más favorables a la creación de climas de relación interpersonal más positivos y con actitudes de parte del personal docente distinguidas por el profundo respeto hacia el alumno; por el conocimiento de hasta dónde se le puede pedir a un niño según su grado de madurez intelectual y emocional; por guiarse por los intereses del niño pensando en el futuro adulto; por no anular ni impedir el libre ejercicio de la curiosidad y la creatividad infantil y juvenil; y porque estimula el pensamiento y la búsqueda de soluciones a las incógnitas y los problemas; por favorecer el desarrollo de la autoconfianza, la independencia y la seguridad en el niño; por mostrar interés por los problemas del niño y ayudarlo a encontrar las soluciones; por ser el docente un guía más que una persona que impone; y porque practica métodos de disciplina consistentes, con normas claramente definidas y transmitiendo una imagen de autoridad afectuosa.

En un clima escolar positivo, los estudiantes deben experimentar una atmósfera de motivación, alegre, democrática y considerada; recibir una educación que les permita la superación y personal e intelectual sin sacrificar sus años de niñez y adolescencia; poder armonizar el estudio con el juego y la socialización; sentir que son parte activa del proceso educativo y que el maestro o profesor también puede aprender de ellos; ser libres para opinar sobre sus maestros y la forma en que se está desenvolviendo su educación; y conocer y comprometerse con la filosofía educativa del centro escolar y su reglamento Interno.

A su vez, y como parte de este clima positivo, los padres deben tener vías de comunicación con el personal abiertas, francas y positivas, participar activamente en el proceso pedagógico e identificarse con la filosofía educativa de la escuela. Ésta no debe, en ningún momento y bajo ninguna excusa, ser un factor de ansiedad o de trastorno de la vida familiar.

Del plan que estamos revisando para la prevención del acoso escolar, este es, sin duda, el más difícil de cumplir porque requiere:

- Hacer cambios profundos en el enfoque y práctica de la educación escolar.
- Dejar atrás métodos y creencias que no tienen cabida en una verdadera formación moderna para la vida.
- Seleccionar y preparar mejor a todo el personal: directores, docentes y administrativos, para poder llevar a cabo este enfoque diferente.
- Supervisión más programada y razonada, el cumplimiento por parte del personal de los fundamentos de este tipo de filosofía educativa.
- Tomar más en cuenta las necesidades de los estudiantes y de los docentes.
- Preparar más y mejor a los padres para que puedan conocer, identificarse e integrarse al nuevo sistema.

La experiencia que hemos tenido en nuestro país y por lo que se reporta en la literatura internacional, demuestran que una escuela en la que se practiquen estos principios educativos como los que aquí henos expuesto, tendrá una disminución significativa de casos de acoso entre estudiantes, o de docentes a estudiantes, y podrán, en todo caso, detectar a tiempo y dar una tratamiento más racional a los que pueda surgir.

ENTRENAMIENTO A DOCENTES

Dentro de este plan, es imprescindible el entrenamiento al personal docente para que conozcan a fondo la temática del acoso y estén capacitados para poder prevenirlo, o para poder actuar desde el mismo momento en que empiece a manifestarse. Esta adestramiento no puede limitarse a un par de charlas, sino que debe ser también por medio de talleres, debates, presentación de videos y lectura de algunos libros

recomendados, correspondiendo a los directores de las escuelas el corroborar que sus educadores se encuentran debidamente instruidos en este tema. En esta capacitación debe incluir la sana relación entre los docentes y sus alumnos como parte de esa filosofía educativa que debe llevar a una convivencia escolar armónica, positiva.

El maestro de escuela primaria y el profesor de los años intermedios y medios, son los primeros que pueden detectar los casos de abusos entre estudiantes, y también, evitar los que puedan surgir de ellos contra éstos mediante un esfuerzo de autocontrol después de la capacitación que hayan recibido.

A esto hay que añadir, que los que llevan los niveles de prescolar, sabrán cómo identificar a los niños que por sus características de conducta podrían ser candidatos a hostigadores en los primeros años de la escuela, lo que permitiría intervenir a tiempo para ayudarlos a mejorar su comportamiento y sus relaciones interpersonales. Entre las conductas que podrían señalar a un alumno de estos niveles iniciales como posibles acosadores, insistiendo en el término posibles, ya que no es obligado que lo sean, están las siguientes: mayor irritabilidad, menor tolerancia ante las frustraciones; tendencia a imponerse a los demás; proclividad a la agresividad; menos motivación por aprender; Inquietud que supera la esperada para su edad física o mental; dificultad para seguir normas, desobediencia reiterada y poca aceptación de límites.

Lo misma importancia tiene detectar a los que puedan ser susceptibles de sufrir abusos, a los cuales habría que ayudar en su proceso de adaptación al grupo y a tener autoestima y confianza en sus habilidades sociales. Entre estos se encuentra todos aquellos con características como las que hemos descrito en la primera parte de este libro.

Los años del prescolar son cruciales en muchos aspectos para la experiencia escolar siguiente y este del acoso entre estudiantes es uno de ellos.

A partir del primer grado de la primaria, los maestros deben estar bien informados sobre las características de los alumnos que reciben cada inicio de año, y que principalmente son: antecedentes de bajo rendimiento (independientemente de la

causa); problemas de atención e hiperactividad; dificultades en la relación con los condiscípulos; conducta impertinente; propensión a la agresión física o verbal; situaciones familiares desfavorables para la disciplina o para un buen desarrollo emocional; conducta oposicionista–desafiante; ser víctima de hostigamiento de parte de otros alumnos; y estar tomando medicamentos que puedan afectar la conducta

Los educadores deben entender que forman parte de un gran equipo, de un centro escolar que tienen una filosofía educativa definida y por tanto unos objetivos y una metodología establecida para lograrlos, y, por lo tanto, no deben actuar en solitario, a su propio arbitrio, desconociendo esta realidad. Queremos decir con esto, que su obligación es identificarse, adaptarse y ceñirse a las normas de funcionamiento de la escuela, especialmente en lo referente al manejo de la disciplina.

El docente no solamente debe conocer bien todo lo relacionado con el acoso en la escuela: sus modalidades, sus primeras señales, cómo afrontarlo, sino también cómo es la política que la escuela ha elaborado para que su actuación se enmarque dentro de ella. En dicha política tienen que haberse desarrollado canales de comunicación mediante los cuales el maestro o profesor pueda informar de situaciones de abuso entre estudiantes y recibir las orientaciones del comté que dirija la supervisión de la disciplina.

La capacitación al personal educativo necesitará incluir la reflexión sobre sus modos de reaccionar ante los retos que le plantea la relación con los alumnos; la reflexión sobre sus rasgos de personalidad y los métodos de autocontrol.

ORIENTACIÓN A PADRES

Teniendo en cuenta la importancia de la vida familiar en la experiencia escolar de los estudiantes, no puede faltar en un programa de prevención, la orientación a los padres de los escolares o a quienes cumplan este rol. Esta instrucción debe incluir, como en la de los docentes, el tema del acoso escolar y la forma en la que la familia puede actuar para evitar o reducir su incidencia. Lo que hemos mencionado acerca de los factores familiares en la primera parte del libro,

nos da la guía para saber sobre cuáles puntos se tendría que hacer más énfasis.

Temas que no se pueden obviar en este tipo de orientación son:
la funcionalidad de la familia; los métodos más adecuados de crianza; la comunicación con los hijos según sus niveles de madurez; la manera de abordar los problemas escolares; la participación de los padres en el desarrollo de los procesos de educación y de enseñanza y aprendizaje como miembros de la comunidad educativa y la resolución de conflictos.

En el tema de la crianza en el hogar, los padres necesitan saber además, las posibles consecuencias en sus hijos de los estilos disciplinarios agresivos. En el libro que el autor publicó con el título *Te pego porque te quiero,* se exponen estas consecuencias, siendo una de ellas, precisamente, la probabilidad de que los hijos que reciben castigos físicos en sus casas, se conviertan en abusadores en la escuela.

Es igual de importante que los padres o tutores se identifiquen, y se adapten al sistema educativo que ofrece el centro y se comprometan a apoyarlo, contribuyendo a su perfeccionamiento mediante señalamientos y aportaciones constructivas, así como a no hacer críticas destructivas que no conducen a nada más que a crear un estado de enemistad con la escuela, que, sin duda, repercutirá en el comportamiento de sus hijos en la escuela.

Los niños y adolescentes que encuentran en sus padres confianza, apoyo y afecto desinteresado, serán estudiantes con mucho menor riesgo de caer en problemas de disciplina y de actitudes antisociales.

ORIENTACIÓN A LOS ESTUDIANTES

Cuando un estudiante ingresa a un centro escolar por primera vez, tiene que recibir una orientación clara y completa aunque concisa, de lo que él o ella deben esperar de la escuela, y de lo que ésta espera de ellos. Generalmente, los niños y jóvenes

llegan a las aulas de las escuelas sin haber recibido esta orientación, desconociendo cuáles son las normas que el sistema tiene establecidas y cómo se tratan las infracciones a las mismas. Su conocimiento se basa en la simple idea de que si se porta mal, habrá sanciones. Nunca tiene muy claro cuáles son los límites de su conducta, ni de sus deberes y derechos. Tampoco suelen tener una idea clara de lo que significa disciplina, asumiendo que se trata de una relación directa entre mala conducta y castigo. Si se les pregunta ¿qué es disciplina?, contestan: “Cuando te castigan porque te portaste mal”.

Aparte de esa primera orientación cuando se llega por vez primera a una escuela, se necesita continuar a lo largo de los años escolares, a medida que los estudiantes van creciendo y madurando en sus capacidades cognitivas, especialmente al inicio de cada año lectivo. En cada nuevo nivel, los alumnos necesitan recordar que tienen un compromiso con la escuela en relación a sus deberes, y estos incluyen su aplicación al aprendizaje y su disciplina.

Específicamente, en relación al tema del acoso, la orientación a los estudiantes también necesita incorporar el conocimiento del problema; por qué se produce; cómo pueden ellos abocarse a ser personas hostigadoras; las consecuencias; y que pueden resultar de ese tipo de relaciones negativas, y cómo pueden evitar convertirse en acosadores.

Pero no sería suficiente con que a los alumnos se les den charlas o se le exhiban películas sobre estos puntos, sino también hacer que participen activamente en el tratamiento del tema, desarrollando actividades como debates, campañas alusivas y otras pertinentes. Dentro de este plan de prevención, los estudiantes tienen que conocer, igual que los docentes y padres, los lineamientos de la política de la escuela sobre el acoso y la disciplina en general.

Como parte de la capacitación a los estudiantes para que tengan una experiencia escolar satisfactoria, hay que mencionar como puntos a incluir, los siguientes:

- Para qué es realmente la educación escolar (la formación integral como personas).

- La escuela como espacio de convivencia solidaria, donde unos y otros se comprenden y se ayudan y no de competencia egoísta.
- Cómo debe ser la relación con los maestros y profesores (respetuosa, comprensiva, de amistad).
- Qué dice el reglamento interno de la escuela (conocer las leyes).
- Cuáles son los derechos de los estudiantes y sus límites.
- Cuáles pueden ser las consecuencias de sobrepasar esos límites.

Desde un principio hay que establecer claramente que si un estudiante, a pesar del compromiso sobre la conducta que de él o ella se espera, así como de la ayuda que se le brinde si se involucra en casos de acoso, persistiera en continuar abusando de otro compañero, la escuela no lo permitirá y al final habrá consecuencias cuyo alcance dependerá de la gravedad de la situación.

CENSOS DE DISCIPLINA E INVESTIGACIÓN DE LA INCIDENCIA Y TIPOS DE ACOSO

En los centros escolares es de utilidad realizar censos de problemas de disciplina dos veces al año, una mes después del inicio de clases y la segunda vez un poco pasada la etapa media del curso. Los censos permiten dar una visión completa y actual por grado y por categoría de los trastornos de la disciplina, lo que facilita la mejor planificación de las acciones a tomar y el seguimiento. El segundo censo del año nos revela si su prevalencia sigue igual o, si se ha dado una disminución o, por el contrario, han aumentado.

Pero, este censo hay que complementarlo con una pesquisa sobre el acoso entre estudiantes y de docentes a estudiantes. Esta investigación debe ser con cuestionarios dirigidos a los alumnos, ya que los censos van dirigidos a los docentes en cada grado de la primaria, o a los consejeros en los niveles de la secundaria. El cuestionario sobre acoso tiene que ser anónimo, breve y con preguntas que reporten información suficiente sobre el tema. Tales cuestionarios pueden ser administrados bianualmente igual que los censos de disciplina.

En la página siguiente se muestra un formato de censo de disciplina en el que se registran nueve categorías de conductas, entre las cuales están el hostigamiento y el acoso sexual. Esta información, como ya mencionamos, la dan los docentes, por tanto se trata de casos de acoso que ellos ya conocen. El docente marca el cubículo correspondiente a las conductas que presenta cada estudiante. Éstos aparecen en el censo con un código (o número designado) que sólo saben el docente y los del comité encargado de orientar y supervisar la disciplina.

El que aparezcan como parte de las nueve categorías de conductas el hostigamiento y el acoso sexual, no se obtiene de ello la información, más específica y diferente, que da el cuestionario dirigido a los alumnos. Un formato de este cuestionario se expone después del de disciplina.

FORMATO DE CENSO DE PROBLEMAS DE DISCIPLINA EN LA ESCUELA

Señale el grado escolar: MAT PK K 1º 2º 3º 4º 5º 6º 7º 8º 9º 10º 11º 12º

En la tabla coloque un gancho o una X en las casillas correspondientes a los problemas de conducta que presente el estudiante.

Significado de las siglas:

HDA Hiperactividad con déficit de atención
A Agresividad
H Hostigamiento o acoso
CI Conducta impertinente
COD Conducta oposicionista desafiante
R Robar
AS Acoso sexual
ID Incumplimiento de deberes
CV Conducta vandálica

Código del estudiante	HDA	A	H	CI	COD	R	AS	ID	CV	OTRA

FORMATO DE CUESTIONARIO SOBRE ACOSO EN LA ESCUELA

Subraya tu nivel y tu sexo

Nivel: primaria (1º a 5º gr.) / Intermedio (6º a 9º gr.) / Medio (10º a 12º gr.)

Sexo: Femenino Masculino

Lee esto

Definición de acoso: acoso es cuando una persona, o varias, te están molestando, atacando, insultando, te dañan o te roban tus pertenencias, o no dejan que los demás sean tus amigos o amigas. También puede ser que te calumnien o te digan cosas insultantes por Internet o que publiquen secretos o fotos tuyas sin tu consentimiento, En el idioma inglés el acoso es conocido como *bullying.*

A continuación te hacemos unas preguntas sobre este tema; trata de contestarlas sinceramente subrayando la respuesta. **Este cuestionario es anónimo**, es decir, no queremos que escribas tu nombre.

---

1. ¿Has sufrido acoso en la escuela en la que estás ahora? **SI** **NO**

2. ¿ Has sufrido acoso en otras escuelas antes de venir a la actual? **SI** **NO**

3. Si has sufrido acoso en la escuela actual, ¿ha sido por más de un compañero o compañera? **SI** **NO**

4. ¿Si has sufrido acoso en otras escuelas, ¿ha sido por más de un compañero o compañera? **SI** **NO**

5. ¿Si te acosan en la escuela actual, ¿desde cuándo pasa?

Desde hace pocos días **Entre 1 y 3 meses** **Entre 3 y 6 meses**

Entre 6 y 8 meses **Desde hace más de un año**

6. Si te acosan en la escuela actual, ¿alguien te ha ayudado? (**puedes señalar más de una respuesta).**

Si, un compañero **Si, una compañera** **Si, un maestro** **Si, una maestra**

Si, la directora **Si, el Comité de Orientación** **Nadie**

7. ¿De qué manera te acosan? (**Puedes señalar todas las modalidades de acosos que te están ocurriendo poniendo una X o gancho en el espacio a la izquierda de cada modalidad**).

	Me pegan.		Me amenazan con palabras, gestos, notas o por teléfono.		Me hacen burlas.
	Hacen que me caiga.		Me dañan mis útiles.		Me hacen bromas pesadas.
	Me insultan con palabras.		Me roban dinero u otras cosas.		Me insultan o calumnian por Internet.
	Me insultan con gestos.		No dejan que otros me hablen o sean mis amigos o amigas.		Publican cosas mías por Internet sin mi permiso.
	Me mandan notas con insultos.		No cuentan conmigo para actividades del grupo.		Me irrespetan sexualmente.

Otra que no esté mencionada arriba:

_____

_____

8. ¿Tú también has sido una persona acosadora contra otros?

Nunca **Una vez** **Más de una vez**

9. Si has sido una persona acosadora, lo fuiste en esta escuela o en otras?

En esta escuela **En otra escuela**

10. Si fuiste acosador o acosadora, coloca un gancho o X en la casilla a la izquierda de la forma en la que acosabas.

	Pegaba.		Amenazaba con palabras, gestos, notas o por teléfono.		Hacía burlas a otros.
	Hacía caer a otros.		Dañan loa útiles de otros.		Hacía bromas pesadas a otros.
	Insultaba con palabras.		Robaba dinero u otras cosas a otros.		Insultan o calumniaba por Internet.
	Insultaba con gestos		No dejaba que a otros les hablaran o tuviera amigos o amigas en el grupo.		Publicaba cosas de otros por Internet sin su permiso.
	Mandaba notas con insultos.		Trataba de que el grupo no contara con alguno o alguna para actividades.		Irrespetaba sexualmente a otros.

Otra: _____

ENTRENAMIENTO EN MÉTODOS DE MEDIACIÓN

Con la mediación escolar se pretende que los alumnos aprendan a resolver conflictos mediante un proceso que los ayuda además, a desarrollar habilidades de negociación, el sentido de la justicia, la empatía y solidaridad con otros, como también la capacidad de tomar decisiones mediante una acción razonada y equilibrada. Los estudiantes que acepten acudir a la mediación tienen que ser orientados previamente sobre lo qué se desea lograr con ella y obligarse a seguir unas normas básicas como:

- Aceptar la mediación de una tercera persona quien no actuará en forma parcializada, siendo su labor la de guiar el encuentro.
- Exponer su argumento con claridad, concisión y moderación.
- Escuchar con atención y sin interrumpir a la otra parte.
- Mantener en todo momento una actitud de respeto, sin exaltarse ni ofender.
- Estar dispuesto a reconocer las necesidades del otro.
- Aportar ideas para la solución del problema.
- Llegar a compromisos y cumplirlos.

Es importante que los docentes detecten la existencia de tensiones entre estudiantes que puedan ser abordadas por un proceso de mediación. Si el maestro o profesor es una persona con una imagen muy positiva, que goza de mucho prestigio entre sus discípulos, podría actuar como mediador. De lo contrario, es preferible que lo sea otra persona adulta de la comunidad educativa que reúna las cualidades de un buen mediador.

Mediar no significa juzgar, culpar o recriminar, sino facilitar que un encuentro entre dos partes en conflicto, en este caso dos niños o adolescentes, sea una experiencia que además de reducir la tensión, favorezca el crecimiento emocional y las habilidades para la comunicación efectiva.

Aunque se puede intentar mediar entre niños preescolares con técnicas de comunicación muy sencillas, no es la época más propicia para ello. Generalmente se emplea más con niños de 6 años en adelante pero también dependiendo de su madurez cognitiva.

La mediación no será muy provechosa, ni se debe intentar, cuando existe un caso de hostigamiento que ha llegado a niveles extremos, con demasiada hostilidad y que, incluso, ha trascendido a las familias de los estudiantes implicados. Puede ser más efectiva cuando se descubren temprano y aún no se han profundizado las tensiones ni las reacciones emocionales.

Además del personal docente, la escuela podrá implementar programas de adiestramiento para estudiantes de niveles intermedio y medio, con características de liderazgo, para que funcionen como mediadores en ciertos casos. Hay que tener claro que no nos referimos aquí a los anteriormente conocidos estudiantes COD, o del cuerpo de orden y disciplina, ya que son cosas muy diferentes. Si un estudiante designado como mediador inicia la medición con el acuerdo de las partes, pero no se siente confiado o no se ve la posibilidad de progreso, debe ser sustituido pronto por un adulto.

LA DISCIPLINA COMO PARTE DEL CURRÍCULO ESCOLAR

La disciplina en las escuelas es tradicionalmente un aspecto aparte del currículo, o sea, de todo aquello que forma parte de lo que se intenta enseñar. Se parte del hecho de que los niños deben ser disciplinados en sus hogares y llegar a las aulas con el control necesario para que puedan comportarse como se les exige. Sin embargo, la realidad es muy diferente porque, en primer lugar, los niños ingresan a la vida escolar muy pequeños y con diferentes niveles de madurez adquirida según sus edades; y en segundo lugar, porque en muchos hogares la disciplina no se adquiere apropiadamente por razones diversas que se relacionan con la forma en la que los padres llevan a cabo la crianza, por trastornos de la dinámica familiar o conyugal, o la intromisión de otros familiares. Así, no pocos niños y adolescentes necesitan que la escuela subsane estas deficiencias formativas y por lo tanto, necesita incorporar la disciplina, en sentido amplio, como parte del currículo desde los primeros años. No se trata de convertirla en una materia más del pensum académico, sino un eje transversal que siga una planificación secuenciada y progresiva desde el prescolar.

Cuál es el verdadero significado de la disciplina y no el que a los estudiantes se les ha hecho creer, que es el de la relación entre mala conducta y los castigos que merece, sino como los procesos que hay que ir internalizando, a través de la instrucción, el ejemplo y la práctica, de la auto organización para la consecución de fines, y del autocontrol de las conductas y las respuestas emocionales. El estudiante tiene que relacionar el logro de estas capacidades con el éxito en la escuela y en todas las facetas de la vida.

Mientras esta incorporación de la enseñanza de la auténtica disciplina no se realice seriamente, y con la misma supervisión que se lleva a cabo para evaluar la adquisición de conocimientos, las escuelas seguirán afrontando muchos problemas de disciplina, e incluso de rendimiento académico,

que se podrían prevenir o reducir preparando a los estudiantes desde pequeños para entender los beneficios de adquirir disciplina.

Aprender a ser disciplinado, que como hemos indicado, supone auto organizarse y auto controlar las reacciones emocionales, ayuda a que las conductas que atentan contra los derechos de los demás, como es el caso del acoso en cualquiera de sus formas, sean menos frecuentes. Una prueba de esta afirmación, es el caso de los niños que han crecido en hogares donde este aprendizaje ha sido efectivo, no acostumbran a involucrarse en este tipo de comportamientos y suelen ser personas respetuosas y solidarios con los compañeros.

Otra actividad que complementa esta enseñanza es la promoción de valores que sustentan la convivencia pacífica y productiva, y que son, como antes citamos, tres valores fundamentales, la base de todos los demás valores universales: la responsabilidad, la solidaridad y el respeto. Cada trimestre del curso lectivo, debe dedicarse a uno de estos valores, independientemente de que se continúe su enseñanza práctica de todos ellos en el día a día. En estas campañas, los alumnos tienen que ser los organizadores y partícipes principales incluyendo también a los docentes y a los padres de familia.

Las actividades que se realicen para resaltar cada uno de estos tres valores básicos se pueden relacionar de alguna manera con el acoso por ser una conducta que no es solidaria, ni respetuosa ni responsable.

VIGILANCIA

Sería negligente por parte de la escuela no implementar la vigilancia en las áreas donde comúnmente se dan los abusos de unos estudiantes a otros. Precisamente, si ocurre así, es porque normalmente dichos espacios quedan sin personal adulto que vigile, aprovechándose entonces los perpetradores

para cometer sus actos de hostilidad. Áreas que necesitan atención son los pasillos, los baños (sin violar la intimidad de los que los utilizan), las áreas de juego tanto internas como externas y otras donde acostumbren los estudiantes a reunirse en horas de recreo.

Dejar los salones sin cuidado de un docente en períodos entre una clase y otra, no tendría que traer problemas en este sentido cuando los estudiantes han adquirido la madurez necesaria para controlar sus impulsos, lo que es de esperar en los niveles altos de la escuela media; sin embargo, no siempre es ésta la realidad, en cuyo caso la dirección del centro evaluará la necesidad o no de mantener a algún adulto cuidando el aula hasta el inicio de la siguiente clase.

De igual forma, en escuelas situadas en comunidades donde el índice de violencia es alto, la escuela procurará asegurarse de que alumnos no lleven armas punzo-cortantes o de fuego, sobre todo si ya se ha dado el caso.

Las acciones preventivas que se practiquen en una escuela, tienen que ser evaluadas para saber si están siendo efectivas, para lo cual servirán los censos de disciplina y los cuestionarios sobre el acoso.

TERCERA PARTE

TRATAMIENTO DEL ACOSO ESCOLAR

TRATAMIENTO DEL ACOSO ESCOLAR

El plan de prevención no podrá impedir que aún se presenten algunos casos de acoso en el medio escolar, pues ni con el mejor de estos programas se logra una efectividad total, dado que es muy variada la influencia de factores circunstanciales en la aparición de este problema y no totalmente previsibles. por lo que es imprescindible que las escuelas estructuren igualmente un plan de tratamiento.

TRATAMIENTO DEL ACOSO ESCOLAR

- Aspectos generales sobre normas de disciplina.
- Categorías de acoso.
- Principios básicos del tratamiento.
- Examen y tratamiento de las víctimas del acoso entre estudiantes.
- Examen y tratamiento de los acosadores.
- Papel de las familias
- Reflexiones con el grupo.

Tal plan presupone que previamente se ha entrenado al personal, especialmente al que dirigirá las acciones y se ha informado del mismo tanto a los alumnos como a las familias. Entre el personal que debe involucrarse tiene que haber docentes y psicólogos escolares, supervisados por la dirección del plantel. En el caso de no disponer el centro de psicólogos o psicopedagogos, puede acudir a especialistas externos que le brinde sus servicios cuando se descubran casos de acoso.

El enfoque de las acciones correctivas no debe ser centrado en el castigo; en todo caso, aplicar un castigo sería una última medida ya que más que ayudar a resolver el problema suele agravarlo a causa de las reacciones de los acosadores a los que va dirigido. No se está diciendo que no haya que acudir al castigo, o a una consecuencia como preferimos llamarlo, sino que no es la solución como primera medida; antes hay otras

más razonables y educativas que implementar. La mentalidad tradicional de los educadores es actuar castigando en primera instancia, pero los estudios que se han realizado al respecto más bien confirman lo que hemos dicho sobre sus consecuencias.

Los niños y adolescentes van a la escuela para aprender pero también para seguirse educando; el medio escolar no es un cuartel militar o un régimen carcelario, y por lo tanto, toda medida correctiva debe ser además educativa. De cada situación anómala que se de en el comportamiento de un alumno, hay que procurar obtener alguna ganancia formativa. En este punto debemos recordar lo que ya se ha dichos sobre la disciplina positiva en páginas anteriores. Además, en el caso de que haya que imponer alguna consecuencia, ésta tiene que ser proporcional a la edad y al hecho acaecido. No es lo mismo un caso de acoso perpetrado por un niño de primer grado, que por uno de séptimo o de undécimo grado. Obviamente, el nivel de comprensión y de autocontrol esperado será muy diferente.

Una vez que la escuela trace los lineamientos de un plan de acción para tratar los casos de acoso que se den en ella, todo el personal, así como los padres de los alumnos, deberán no solamente conocerlo, sino igualmente comprometerse con él y apoyarlo. De lo contrario, se corre el riesgo de no lograr llevarlo a cabo con efectividad, surgiendo controversias que complicarían la situación. Y, por supuesto, la propia escuela tendrá que ser consistente y coherente en el seguimiento de dicho plan.

ASPECTOS GENERALES SOBRE NORMAS DE DISCIPLINA

Un sistema educativo que quiera realmente ser moderno y centrado en el estudiante, no puede seguir manejando los casos de infracciones a las normas con los llamados “comités de disciplina” que funcionan como corregidurías o juzgados penales en los que, según la gravedad de la falta, corresponde un tipo determinado de sanción. Nuestro enfoque

en este aspecto es diferente y en consecuencia con la visión educativa que defendemos y, de la cual, hemos expuesto algunas características cuando nos referimos al clima escolar.

No creemos conveniente la figura tradicional de un comité de disciplina penalizador, sino a de un “Comité de Orientación” con funciones muy diferentes y cuyas funciones no son precisamente las de amonestar y castigar. El término *disciplina* en virtud del uso que se le ha venido dando en el ámbito educativo, se ha rodeado de un halo negativo al asociarse casi exclusivamente con sanciones. Por tal razón, pensamos que es mejor sustituirlo por el de *orientación.* Tenemos por experiencia, que no es igual decirle a un estudiante que tiene una cita con el comité de orientación que decirle que la tiene con el comité de disciplina.

El propósito del Comité de Orientación (CO), es principalmente la de fomentar un ambiente de disciplina positiva y preventiva en todo la escuela y debe estar conformado por personas que tienen más experiencia en este tema, de manera que puedan ejercer una labor de apoyo efectivo a los otros educadores en el desarrollo del programa de disciplina.

Entre otras labores que esté comité puede llevar a cabo se encuentran la de levantar el censo anual de problemas de conducta en los diferentes niveles de la escuela, reuniones periódicas con docentes (incluida la dirección de la escuela) y con padres para evaluar situaciones relacionadas con las conductas, la programación de capacitaciones continuadas dirigidas también a docentes y padres, de actividades de análisis y discusión sobre disciplina con los estudiantes de acuerdo a sus edades y la supervisión constructiva de la labor que realiza cada maestro o profesor al afrontar las dificultades de conducta.

En primera instancia, el manejo de los problemas de disciplina corresponde al docente que los presencia en su clase, seguido del consejero del nivel correspondiente en caso de que aquél

lo requiera, y en tercer lugar, el CO. No obstante, habrá casos en los que de un primer momento necesiten de la intervención del CO por su grado de complejidad y dificultad.

Cuando un docente o un consejero soliciten la intervención del CO, éste procederá a ejecutar las siguientes acciones:

1. Recibir la información y analizar todas las circunstancias relacionadas con el problema de disciplina.

2. Sostener una conversación tranquila y cálida con el estudiante implicado para conocer su grado de comprensión de sus conductas y darle orientación sobre cómo superarlas.

3. Reunirse con los padres de los alumnos involucrados, por separado, para informarles sobre cómo se está afrontando el problema, y pedirles su colaboración siguiendo las instrucciones que se les dé acerca de cómo actuar con sus respectivos hijos en casa.

4. Informar a los docentes del grado en el que se ha estado presentando el problema, sobre lo conversado con los estudiantes implicados y darle orientaciones sobre cómo debe proceder de ahí en adelante.

5. Dar seguimiento al problema pidiendo información actualizada semanalmente, a los docentes; y repitiendo las reuniones con el alumno con quien se conversó inicialmente para conocer cómo está cumpliendo lo acordado y seguir comprometiéndolo.

6. Proceder junto con la dirección de la escuela, a estudiar e imponer consecuencias como sanción en el caso de falta de colaboración o de reincidencia por parte del estudiante indisciplinado, razonándolas con él e informándolas a sus padres.

CATEGORÍAS DE ACOSO SEGÚN SUS CONSECUENCIAS

En los casos de acoso en la escuela hay que evaluar el nivel de gravedad de sus consecuencias en los afectados. Así, tenemos tres categorías:

1. Cuando hay lesiones físicas o injurias públicas por las redes sociales u otro tipo de medio, con exposición de aspectos íntimos de un compañero sin el consentimiento de éste o ésta, o se han causado importantes pérdidas materiales

2. Cuando no se da el primer caso pero se han ocasionado pérdidas materiales menores y/o alteraciones emocionales en el afectado que le deterioran la calidad de vida académica, social o familiar.

3. Las otras clases de acoso que no llegan a las consecuencias de las anteriores.

Otros aspectos a considerar, son los de la edad y las capacidades mentales del alumno que hostiga. Aquellos que presentan algún tipo de discapacidad intelectual no pueden ser capaces de comprender a cabalidad las consecuencias de sus actos, y los estudiantes más pequeños, como los del prescolar y los dos o tres primeros grados de la primaria, tampoco tendrán la capacidad de juicio crítico para entender la repercusión de sus conductas en los demás. Por tanto, como ambos grupos, el enfoque de tratamiento debe ajustarse a su madurez cognitiva.

PRINCIPIOS BÁSICOS DEL TRATAMIENTO

Para cualquier tipo de problema de disciplina, hay unos principios básicos sobre los que se sustenta su tratamiento en la escuela y que denominamos como las 5 R:

Reflexión
Responsabilidad
Restitución

Reforzamiento
Reglamento

Reflexión: es el proceso cognitivo mediante el cual el estudiante analiza las circunstancias de sus actos y las consecuencias que hayan o puedan haber tenido, tanto para los demás como para él. El docente, consejero o los miembros del CO ayudarán al estudiante a ir profundizando en esta reflexión partiendo de las preguntas más simples hasta ir llegando a un análisis más complejo. Ejemplo:

- ¿Por qué lo hice?
- ¿Cómo me sentía cuando lo hice?
- ¿Por qué me ensañé con mi compañero?
- ¿Qué sentí después de hacerlo?
- ¿Hasta dónde quería llegar?
- ¿Cómo puede sentirse el compañero al que ofendí?
- ¿Cómo se sentirán los padres de él o ella?
- ¿Cómo se sentirán mis padres?
- ¿Qué creo haber ganado ante mis compañeros?
- ¿O más bien habré perdido ante ellos?
- ¿Qué me impulsa a seguir acosando a mi compañero?
- ¿Quiero cambiar o no?
- ¿Siento algún tipo de arrepentimiento?
- ¿Qué significado puede tener para mi vida actual y futura que yo sea una persona con estas actitudes y conductas?
- ¿Qué significado puede tener para la vida actual y futura de mi compañero el que yo sea una persona víctima de mis actitudes y conductas?
- ¿Qué importancia tiene para mi vida social que aprenda a respetar a los demás?
- ¿Qué puedo hacer para ir mejorando mi forma de ser?
- ¿Cómo puedo lograr un mejor autocontrol de mis impulsos emocionales?

En este proceso de preguntas en el que se va pasando de una a otra, la persona que guía al estudiante debe hacer que se detenga en cada una de ellas el tiempo suficiente como para

poder encontrar una respuesta madura y coherente antes de pasar a la siguiente.

Responsabilidad: aquí responsabilidad es equivalente a compromiso. Una vez que el estudiante ha efectuado una reflexión profunda (de acuerdo a su nivel de madurez), está obligado a asumir la responsabilidad de mejorar su conducta ateniéndose a lo que se espera de él en la escuela y en su familia, en pocas palabras, a mantener una conducta apropiada y que no cause daño a los demás. Para que pueda adoptar el compromiso de exhibir una buena conducta, es menester que tenga claro lo que se entiende por tal en el contexto familiar, social y escolar en el que se desenvuelve, así como el porqué de esa exigencia.

Restitución: o también, compensación. El primer paso en este punto es la necesidad de que se disculpe ante su víctima de una manera sincera. A nadie se le puede exigir que sea amigo de otra persona, especialmente si no hay empatía mutua, o al menos de una hacia la otra, pero si se puede exigir que por encima de eso, le muestre respeto. El segundo punto es que si sus conductas de hostigamiento han ocasionado daños a la honra y fama de otro estudiante, su deber moral es tratar de reparar ese daño con una disculpa pública por los mismos medios en los que se cometió la injuria y retirando las aseveraciones hechas. El tercer punto es que si ha habido pérdidas materiales o gastos en atención médica, el causante los restituya en la mayor medida posible.

Reforzamiento: dado el caso de que el estudiante acosador haya hecho seguido los pasos anteriores y hecho cambios positivos en su conducta, el personal docente y los miembros del CO procurarán reforzar su nueva conducta mediante los métodos aconsejables y apropiados del reforzamiento positivo, por lo que es aconsejable que hayan recibido adiestramiento básico en los principios y métodos de modificación de conducta.

Reglamento: de no ser así, o sea, que el estudiante en cuestión no haya hecho cambios en sus actitudes y conductas, persistiendo en ellas a pesar de todo el proceso que se haya realizado para ayudarlo, entonces el CO con la dirección de la escuela procederán a establecer la sanción que según el reglamento interno le corresponda, informando también a los padres del porqué de la sanción.

Si es un miembro del personal docente el que está cometiendo actos de hostigamiento contra un alumno, o más de uno, el CO iniciará las siguientes gestiones:

1. Reunirse con el o los estudiantes afectados para recibir su versión de lo que está sucediendo, aclarándoles que se trata de una reunión privada y confidencial.

2. Convocar al docente señalado a una reunión con el CO y la dirección para exponerle la situación y darle orientación y apoyo para que pueda superar ese tipo de conductas, haciendo además que reflexione nuevamente sobre el perfil que se exige de un docente dentro del sistema educativo.

3. Pedir al docente, si el acoso ha trascendido a las familias de los estudiantes, que tenga una conversación franca, honesta y sosegada con los padres para pedir excusas y reestablecer su confianza.

4. Amonestar al educador si a pesar de los pasos previos, continúa en su actitud y, en último caso, una sanción según las normas establecidas.

Cuando es un alumno el que ha estado hostilizando a un docente, el CO procederá de la misma manera que se describe anteriormente, sólo que en este caso, la mediación que se haga tendrá que ser el alumno y su maestro o profesor. Si el acoso tiene matices graves, como amenaza a la vida o a las propiedades del docente, se tiene que informar a los padres y al propio alumno, de las implicaciones legales

que tales conductas puedan tener en cado de que el afectado así lo considere.

EXAMEN Y TRATAMIENTO DE LAS VÍCTIMAS DE ACOSO

Los estudiantes que han venido siendo víctimas de acoso en la escuela, también requerirán ser atendidos por el docente o el consejero, el CO y el personal de psicología. Los puntos a seguir con ellos serían los siguientes:

Reflexión
Examen de su estado emocional
Investigación de sus antecedentes familiares
Análisis de su situación dentro del grupo
Tratamiento de sus problemas psicológicos

Reflexión: mediante la reflexión guiada el estudiante acosado puede entender mejor las circunstancias en las que se han sucedido los hechos; qué ha movido a su o sus compañeros a tomarla contra él (o ella); qué errores puede haber cometido que hayan propiciado la hostilidad; por qué no debe pensar que él es el culpable, por sus características personales, de que lo acosen y por tanto, no debe permitir que se le merme la autoestima; cómo tiene que responder ante ciertas actitudes o expresiones de los que lo atacan; porqué era importante que acudiera a solicitar ayuda, en caso de que no lo hubiese hecho;
Por qué no permitir que lo invada la desconfianza ante el resto de los compañeros por culpa de uno o algunos, etc. La idea fundamental de la reflexión del estudiante víctima es el reforzamiento de su autoestima, de su confianza en los demás y el que tome el acoso contra él como un accidente en su vida y no como el “desastre total” para ella.

Investigación de sus antecedentes familiares: como ya se hizo mención en la primera parte del libro, si no todos, muchos estudiantes que son blanco de ataques en las escuelas, tienen antecedentes familiares que los predisponen y, por eso, es importante que se investigue cómo son en cada

uno de ellos para poder entenderlos mejor y para orientar a las familias a superar cualquier defecto en la crianza o situación familiar que lo esté afectando. Hablamos de estilos de crianza permisivos, o por el contrario, muy autoritario y atemorizante; de si ha crecido muy sobreprotegido; de si tiene un padre o una madre muy ansiógenos o con alguna patología mental; de cuando hay poca comunicación en el hogar; de cuando al niño no se le ha provisto de las habilidades necesarias para su vida social y escolar independiente; de si falta alguno de los padres o de si hay violencia intrafamiliar.

Examen de su estado emocional: desde la primera reunión con el estudiante y en las sucesivas, se irá notando si presenta estados emocionales alterados como ansiedad en alguna de sus formas como nerviosismo, onicofagia (morderse las uñas), miedos, inseguridad, inquietud, marcada desconfianza, problemas para dormir o pesadillas, reacciones conversivas (histeria); síntomas psicosomáticos (dolor de cabeza, de estómago, agravamiento de un asma bronquial, idas frecuentes al baño para orinar o defecar, etc.); depresión con tristeza, desesperanza, ideas de suicidio, inapetencia, pérdida de los intereses previos, sentimiento de no ser querido o aceptado; disminución del rendimiento académico; inatención en clases; síndrome de tics de reciente aparición o agravamiento de uno ya existente; o cambios en la conducta en general.

Análisis de su situación dentro del grupo: cómo percibe el estudiante sus relaciones con los demás compañeros de clase, y cómo éstos lo perciben a él o ella; con cuántos alumnos se relaciona; si sólo lo hace con estudiantes de otros salones o grados; si dentro de su grupo lo toman en cuenta para actividades académicas, sociales o deportivas, o sólo lo hacen para las primeras; cómo es su comportamiento cuando está con el grupo (fuera o dentro del aula); si hace esfuerzos por ganar amistades o no; si esos esfuerzos tienen resultados positivos o negativos; y si tiene deseos de cambiar de grupo.

Tratamiento: aparte de las orientaciones y el apoyo que el alumno acosado necesita recibir del personal de la escuela y de sus padres (lo cual trataremos más adelante), habrá que brindarle tratamiento para los trastornos psicológicos que se le detecten, ya sea por parte del persona de psicología de la escuela, o de un profesional de las salud mental juvenil fuera de ella. Para el profesional que realice la terapia fuera de la escuela, es importante mantener comunicación estrecha, y personal si puede, con el CO para recabar información y, a su vez, mantener a la escuela en conocimiento de los avances, o dificultades, en el proceso psicoterapéutico y también sobre el uso de algún medicamento si lo ha requerido.

EXAMEN Y TRATAMIENTO DE LOS ACOSADORES

En el caso de los estudiantes señalados como acosadores, ya hemos tocado el punto acerca de la reflexión sobre sus actos de hostilidad, por eso trataremos ahora de otros aspectos, que igual que para las víctimas del acoso, son;

Examen de su estado emocional
Investigación de sus antecedentes familiares
Análisis de su situación dentro del grupo
Tratamiento de sus problemas psicológicos

Examen de su estado emocional: no es lo común que los abusadores sufran trastornos emocionales con la frecuencia e intensidad de sus víctimas, pero no están libres totalmente de ellos, y como ya se ha dicho, en algunos pueden ser incluso una de las causas, directas o indirectas, de sus conductas negativas.
Entre ellos hay que examinar si hay una tendencia a la inhibición de los impulsos; problemas para la adecuada discriminación de sus afectos; la forma en qué se refuerzan sus conductas agresivas; si tienen formas distorsionadas de pensar acerca de las situaciones que viven en relación a los demás y a sí mismo; si existe de fondo un ánimo frustrado o deprimido; si hay tendencia a la paranoia o a la hipersensibilidad; si hay predisposiciones sociopáticas; si su

inseguridad los lleva a celar en extremos a otros o a no soportar que tengan algún tipo de éxito; si necesitan compensar una baja autoestima con actitudes desafiantes y violentas; si no son capaces de relacionarse de otras maneras más positivas; y si son capaces de ponerse en el lugar de los demás para comprender sus sufrimientos, y si lo son, por qué no pueden actuar en consecuencia, con empatía.

Investigación de sus antecedentes familiares: en cuanto la vida familiar, será de interés conocer también como ha sido su crianza, si en ella no se ha intentado, o no se ha logrado, que internalice normas socialmente aceptables de convivencia; si ha crecido con padres muy autoritarios, especialmente un padre varón que estimula, sabiendo o sin saber, patrones de conducta violenta; si en su casa abusa de uno o más hermanos, o viceversa; si en el ambiente doméstico existe violencia conyugal o contra los hijos; si la comunicación es predominantemente neutra y negativa; si hay, en general, un contexto de relajamiento de costumbres y de negligencia en la disciplina.

Análisis de su situación dentro del grupo: dentro del grupo, analizaremos si en realidad ejerce algún tipo de liderazgo; si por medio de éste sojuzga y obliga a otros a conducirse cómo él o ella lo dictan; cómo es percibido por los demás; cuál es su papel en la instauración de la indisciplina; si es capaz de mostrar o no empatía hacia algunos que no se comporten igual; si su dominio sobre el grupo es total o solamente parcial, compitiendo con otros por el liderazgo; cuáles son sus habilidades que lo hacen atractivo o atractiva para los demás; si el acoso al que somete a otro, es un hecho individual y sin la complicidad de otros porque no es una persona popular y por eso actúa en solitario.

Tratamiento de sus problemas psicológicos: el hecho de que sea una persona proclive a la hostilidad, ya es suficiente para que se le deba brindar algún tipo de psicoterapia, pues existe el peligro de que con el tiempo esa inclinación adquiera visos más graves. Pero, además de eso, los problemas

emocionales que pueda haber de fondo influyendo en su conducta, una vez detectados, también tendrán que ser tratados, tanto por su relación con las conductas de acoso, como por ser alteraciones psicológicas que, sin que se expresen por comportamientos socialmente inaceptables, de alguna otra manera afectarán su vida actual y futura. Pensemos en la posibilidad de que estén padeciendo estados emocionales anormales como los mencionados para los estudiantes que son acosados, pero que no sean muy obvios para el no clínico.

PAPEL DE LAS FAMILIAS

Las familias no pueden mantenerse al margen del tratamiento del problema del acoso escolar; su función es la de colaborar con la escuela en su solución. Si la colaboración de la familia no se da, hay muchas menos probabilidad de que se logren éxitos suficientes; en todo caso podrán ser parciales, pero con el riesgo de que haya reincidencias por parte de los abusadores.
Para conseguir el compromiso de los padres, o tutores de los estudiantes, la escuela les programará reuniones de inducción y capacitación sobre el tema, con el fin de que teniendo una comprensión cabal del tema, especialmente de sus posibles consecuencias para la vida de sus hijos, estén anuentes a colaborar en lo que se les pida. Sabemos por experiencia, que siempre habrá padres reticentes y algunas veces, hasta hostiles, de los que no se podrá obtener nada. En estos casos la escuela debe poner algunas condiciones para la continuidad de sus hijos en el centro. En el caso de las escuelas públicas, se tendrá que buscar el apoyo de las autoridades del Ministerio de Educación para tratar con estos padres negativos.

Las familias, sean de los estudiantes que acosan como de los acosados, deben recibir capacitación sobre las formas de abordar con sus hijos este fenómeno del hostigamiento, y cómo pueden ellos ayudarlos a mejorar, en el caso de los primeros, o a superar las dificultades en el caso de los

segundos. No se trata de dar a los padres recetas concretas, sino de habilitarlos para que puedan dar consejos prudentes, inteligentes y que no fomenten las reacciones violentas. Los padres tienen que conocer cómo ha sido el proceso de reflexión guiada que se han verificado con los estudiantes, víctimas y victimarios, para que a su vez les sirva de patrón a seguir con ellos en sus casas.

Así como la idea no es dar “recetas de cocina”, al estilo de: “cuando el niño piense así, usted dígale esto; si el joven dice que lo molestan, dígale responde así con estas palabras…”, tampoco lo es que se den orientaciones demasiado generales y vagas. Lo importante es que los padres adquieran la capacidad para encaminar a los hijos por la senda de la relación pacífica induciéndoles a que ellos mismos puedan encontrar modos de reaccionar y de defenderse adecuados y no contraproducentes mientras va conversando sobre el tema.

No obstante, en la búsqueda de estos modos que los padres intenten enseñar a sus hijos, hay algunos aspectos que siempre son de importancia cuando se trata de estudiantes hostilizados cómo: cuál debe ser la actitud ante un acoso verbal; cómo mantener la calma; qué hacer si se siente incómodo entre algunos alumnos; qué pensar para que no sentirse menoscabado en sus capacidades y virtudes por el hecho de ser insultado o menospreciado; cómo se puede contrarrestar algunos ataques sin caer también en la violencia o la injuria; cómo conocer a cuáles compañeros se puede acercar para entablar amistad.

Y si se trata de estudiantes que acosan, los padres pueden intentar ayudarlos reflexionando con ellos, tratando de que entiendan las consecuencias de sus actos; comprometiéndolos a evitar estar atormentando a los demás y a revisar en qué pueden haber fallado en su educación familiar y que haya influido en su forma de comportarse. De los psicólogos de la escuela o del profesional que lo atienda, los padres podrán obtener orientación más concreta respecto

a cómo ayudar a sus hijos a tener mayor autocontrol y a mejorar su relación con los compañeros.

Si se trata de estudiantes que no son acosadores ni víctimas, sino espectadores que se complacen en presenciar los abusos contra un compañero porque piensan que se lo merece, o que sean testigos que no estén de acuerdo pero no se atreven a intervenir, los padres también tienen un papel que ejercer. En los primeros, de la misma manera en que lo harían si fueran acosadores directos, y en los segundos, dándoles ideas de cómo poder intervenir, directa o indirectamente, en apoyo del compañero victimizado. Dependiendo de la edad del estudiante, de su grado de participación en el grupo y de su carácter, los padres le inculcarán confianza en su apoyo para que se decidan a hacer algo por aquél. Una de las cosas que se le puede sugerir es que trate de brindarle amistad y apoyo personal; otra es que no tenga temor en comunicarlo al docente encargado o al CO pidiendo que se mantenga la confidencialidad de la denuncia.

REFLEXIONANDO CON EL GRUPO

Si el acoso a un estudiante es conocido por la mayoría del grupo, el personal del CO, o el consejero del grado, aprovecharán para iniciar un debate sobre los valores fundamentales de la convivencia, sobre el compañerismo y la amistad con el fin de que todos los estudiantes hagan una reflexión profunda sobre sus relaciones personales, y que también ellos, como grupo, se comprometan a crear un clima de armonía en la escuela. Esta reflexión colectiva no puede quedar sin conclusiones que sean objetivos con los que deben identificarse y cumplirlos. Aquellos estudiantes que se muestren renuentes a participar, o a comprometerse, necesitarán un tratamiento separado como el que ya hemos descrito antes.

Aparte del debate con conclusiones, hay otros métodos útiles para que los alumnos se sensibilicen con el tema del acoso como la actuación o *role playing,* dramatizaciones cortas en

las que uno de los acosadores hace el papel de acosado y viceversa; los dibujos; los carteles alusivos en el aulas y los pasillos; los videos creados por ellos mismos; artículos para la página Web de la escuela o para otro medio divulgativo interno o externo.

Si se ha generado abuso dentro de un determinado grupo, el personal de la escuela, además de abocarse al trabajar con él según hemos explicado, estará más al pendiente para evitar reincidencias.

EL ACOSO ESCOLAR SE PUEDE PREVENIR, TRATAR Y REDUCIR SI LAS ESCUELAS TOMAN EN SERIO EL PROBLEMA, Y SE DISPONEN A HACER LOS CAMBIOS NECESARIOS EN SUS PROCESOS EDUCATIVOS, ASÍ COMO A ESTABLECER POLÍTICAS PLANIFICADAS Y CONSISTENTES EN VEZ DE ACTUAR SOLAMENTE EN FORMA EMERGENTE.

APÉNDICE

Presentamos en esta apéndice algunos y instrumentos de evaluación que pueden servir como una primea explotación del estado de ánimo de un estudiante involucrado en situaciones de acoso, sea como perpetrador o como víctima, recordando que estas escalas **no son** para establecer diagnósticos clínicos que solo compete a personal de salud mental especializado, y por eso, sus resultados no deben transmitirse a los estudiantes y a sus padres como tales. En el ámbito escolar sólo deben servir como guías para saber cuáles alumnos necesitarán atención por especialistas y para darles un seguimiento más cercano, sin que conviertan en fuentes de alarma.

ESCALA DE AUTOESTIMA

D. Cardoze

INSTRUCTIVO GENERAL

1. El objetivo de esta escala es detectar niños o jóvenes con problemas de autoestima.
2. La escala no establece diagnóstico por sí sola; constituye un documento de información que ayudan al proceso de diagnóstico.
3. Es una escala auto-evaluativa. Quien la responda debe tener más de 10 años de edad y no presentar limitaciones intelectuales que le impidan la comprensión del texto.
4. La primera vez debe ser contestada en dos ocasiones separadas por un intervalo de un mínimo de dos semanas.
5. Quien aplica la escala no debe inducir las respuestas del sujeto, solamente aclarar el significado de los ítems si se le pregunta.
6. El estudiante no debe tener a la vista los criterios de calificación o puntos de corte.
7. El **puntaje directo (P.D.)** que se obtiene sumando los puntos de cada ítem, se llevan a la tabla de conversión para establecer el **puntaje indirecto (P.I.)** o definitivo.
8. Las escalas contestadas se remiten, si es necesario, al profesional, psicólogo o médico que tratará al estudiante.
9. Se aconseja contestar la escala una vez cada bimestre para seguir la evolución del estudiante en relación a cambios en su autoestima, en caso de haber marcado niveles bajos de autoestima la primera vez.
10. Es un documento confidencial que solamente pueden conocer los docentes, los padres del alumno y los profesionales que lo tratan.

El documento que sigue es la escala que debe contestar el examinado con después de habérsele dado las instrucciones pertinentes.

INSTRUCTIVO PARA EL RESPONDIENTE

Lee lo que sigue a continuación y antes de contestar, piensa bien la respuesta que has de elegir. Cuando elijas la respuesta coloca un gancho en la casilla correspondiente.

		SIEMPRE	CASI SIEMPRE	ALGUNAS VECES	POCAS VECES	NUNCA
		4	**3**	**2**	**1**	**0**
1	Soy buen alumno (a)					
2	Soy buen hijo (a)					
3	Lo que hago me sale bien.					

4	Hago felices a mis padres.					
5	Soy físicamente atractivo (a).					
6	Soy una persona útil.					
7	Hago amigos.					
8	Soy inteligente.					
9	Tengo buenas ideas.					
10	La gente habla bien de mí.					
11	Soy buen compañero (a).					
12	Hago cosas buenas por los demás.					
13	Le caigo bien a mis compañeros (as).					
14	Tengo la razón.					

Lo que sigue es para llenar por quien administra la escala.

Datos generales del examinado

Nombre: _____Edad: _____Sexo: F M

Fecha:_____/_____/_____Aplicador(a):*_____

Lugar de aplicación:_____

Puntaje directo: _____ Puntaje indirecto: _____
Criterio:_____

* Aplicador es la persona que da al estudiante la escala, lo orienta y supervisa en el proceso de contestarla.

Conversión de puntajes

PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI
1	2		8	14		15	27		22	39		29	52		36	64		43	77		50	89
2	3		9	16		16	29		23	41		30	54		37	66		44	79		51	91
3	5		10	18		17	30		24	43		31	55		38	68		45	80		52	93
4	7		11	20		18	32		25	45		32	57		39	70		46	82		53	95
5	9		12	21		19	34		26	46		33	59		40	71		47	84		54	96
6	11		13	23		20	36		27	48		34	61		41	73		48	86		55	98
7	13		14	25		21	37		28	50		35	62		42	75		49	87		56	100

Criterios o puntos de corte

	Puntajes indirectos
Muy alta autoestima (No siempre bueno)	87 a 100
Autoestima alta	73 a 86
Autoestima normal	59 a 72
Baja autoestima	45 a 58
Muy baja autoestima	0 a 44

ESCALA DE ANSIEDAD GENERALIZADA

D. Cardoze

INSTRUCTIVO GENERAL

1. El objetivo de esta escala es detectar niños o jóvenes con ansiedad generalizada.
2. La escala no establece diagnóstico por sí sola; constituye un documento de información que ayudan al proceso de diagnóstico
3. Es una escala auto-evaluativas por lo que están dirigidas al estudiante. El estudiante debe tener más de 10 años de edad y no presentar limitaciones intelectuales que le impidan la comprensión del texto.
4. La primera vez deben ser contestadas en dos ocasiones separadas por

un intervalo de un mínimo de dos semanas.

5. Quien aplica la escala no debe inducir las respuestas del estudiante, solamente aclarar el significado de los ítems si se le pregunta.
6. El estudiante no debe tener a la vista los criterios de calificación o puntos de corte.
7. El puntaje que se obtiene sumando los puntos de cada ítem llevando el total o **puntaje directo (P.D.)** a la tabla de conversión para establecer el **puntaje indirecto (P.I.)** o definitivo.
8. Las escalas contestadas se remiten, si es necesario, al profesional, psicólogo o médico que tratará al estudiante.
9. Se aconseja contestar la escala una vez cada bimestre para seguir la evolución del estudiante en relación a sus síntomas de ansiedad, en los casos en que se haya obtenido niveles altos en la primera aplicación de la escala.
10. Es un documento confidencial que solamente pueden conocer docentes, los padres del alumno y los profesionales que lo tratan.

El documento que sigue es la escala que debe contestar el examinado con después de habérsele dado las instrucciones pertinentes.

INSTRUCTIVO PARA EL RESPONDIENTE

Lee lo que sigue a continuación y antes de contestar, piensa bien la respuesta que has de elegir. Cuando elijas la respuesta coloca un gancho en la casilla correspondiente.

		MUCHAS VECES	**POCAS VECES**	**NUNCA O CASI NUNCA**
1	¿Eres tranquilo (a), calmado (a)?	**0**	**1**	**2**
2	¿Tienes miedos?	**2**	**1**	**0**
3	¿Te duermes rápidamente, sin problemas?	**0**	**1**	**2**

4	¿Sientes como si te faltara el aire?	**2**	**1**	**0**
5	¿El corazón se te acelera?	**2**	**1**	**0**
6	¿Cuándo estás sentado (a) o acostado (a) puedes mantenerte quieto (a) por mucho tiempo?	**0**	**1**	**2**
7	¿Te muerdes las uñas de la manos?	**2**	**1**	**0**
8	¿Duermes tranquilo (a) toda la noche?	**0**	**1**	**2**
9	¿Te dan dolores de barriga o ganas de ir al servicio con urgencia?	**2**	**1**	**0**
10	¿Estas tranquilo (a) cuando tu padre o tu madre tardan en llegar a la casa o a buscarte a alguna parte?	**0**	**1**	**2**
11	Cuando haces exámenes ¿estás calmado (a)?	**0**	**1**	**2**
12	¿Te preocupa que puedan suceder cosas malas a tus familiares o a ti (enfermedades, accidentes, robos, asaltos, etc.)?	**2**	**1**	**0**
13	Cuando hablas, ¿se te traba la lengua?	**2**	**1**	**0**
14	¿Te dan dolores de cabeza?	**2**	**1**	**0**
15	¿Vas tranquilo (a) a lugares o reuniones donde hay gente que no conoces?	**0**	**1**	**2**
16	¿Te da picazón por todo el cuerpo?	**2**	**1**	**0**
17	¿Te concentras bien cuando haces tareas o exámenes)	**0**	**1**	**2**
18	¿Te sientes nervioso (a)?	**2**	**1**	**0**

Lo que sigue es para llenar por quien administre la escala.

Datos generales del examinado

Nombre: _____Edad: _____Sexo: F M

Fecha: _____/_____/_____Aplicador(a):*_____

Lugar de aplicación:_____

Puntaje directo: _____ Puntaje indirecto: _____
Criterio:_____

* Aplicador es la persona que da al estudiante la escala, lo orienta y supervisa en el proceso de contestarla.

PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI
0	0		10	28		20	55		30	83
1	3		11	30		21	58		31	86
2	5		12	33		22	61		32	88
3	8		13	36		23	64		33	92
4	11		14	39		24	67		34	94
5	14		15	42		25	69		35	97
6	17		16	44		26	72		36	100
7	19		17	47		27	75			
8	22		18	50		28	78			
9	25		19	52		29	80			

Criterios o puntos de corte

	Puntajes indirectos
Sin ansiedad importante	0 a 39
Ansiedad leve	40 a 61
Ansiedad moderada	64 a 89
Ansiedad intensa	81 a 100

ESCALA DE DEPRESIÓN

D. Cardoze

INSTRUCTIVO GENERAL

1. El objetivo de esta escala es detectar niños o jóvenes con problemas de depresión.

2. La escala no establece diagnóstico por sí sola; constituye un documento de información que ayudan al proceso de diagnóstico.
3. Es una escala auto-evaluativas por lo que están dirigidas al estudiante. Quien la responda debe tener más de 10 años de edad y no presentar limitaciones intelectuales que le impidan la comprensión del texto.
4. La primera vez deben ser contestadas en dos ocasiones separadas por un intervalo de un mínimo de dos semanas.
5. Quien aplica la escala no debe inducir las respuestas del estudiante, solamente aclarar el significado de los ítems si se le pregunta.
6. El estudiante no debe tener a la vista los criterios de calificación o puntos de corte.
7. El puntaje que se obtiene sumando los puntos de cada ítem llevando el total o **puntaje directo (P.D.)** a la tabla de conversión para establecer el **puntaje indirecto (P.I.)** o definitivo.
8. La escala contestada se remite, si es necesario, al profesional, psicólogo o médico, que tratará al estudiante.
9. Se aconseja contestar la escala una vez cada bimestre para seguir la evolución del sujeto en relación a su estado de ánimo, en caso de haber marcado niveles de depresión la primera vez.
10. Es un documento confidencial que solamente pueden conocer los docentes, los padres del alumno y los profesionales que lo tratan.

El documento que sigue es la escala que debe contestar el examinado con después de habérsele dado las instrucciones pertinentes.

INSTRUCTIVO PARA EL RESPONDIENTE

Lee lo que sigue a continuación y antes de contestar, piensa bien la respuesta que has de elegir. Cuando elijas la respuesta coloca un gancho en la casilla correspondiente

		SIEMPRE	ALGUNAS VECES	NUNCA

		2	1	0
1	¿Te dan ganas de dejar la escuela?			
2	¿Tienes pesadillas o no puedes dormir bien?			
3	¿Crees que es mejor no vivir?			
4	¿Quieres estar solo (a)?			
5	¿Te dan ganas de llorar?			
6	¿Te sientes de mal humor?			
7	¿Piensas que los demás no te quieren?			
8	¿Te sientes triste?			
9	¿Te duele la cabeza?			
10	¿Te sientes cansado (a) físicamente?			
11	¿Quisieras ser diferente?			
12	¿Has perdido interés en cosas que antes te interesaban?			
13	¿Te sientes culpable de cosas que pasan en tu casa o con tus amistades?			
14	¿Te irritas con facilidad?			
15	¿Piensas que tus amigos (as) son mejores que tú?			
16	¿Te sientes sin ganas de hacer lo que te mandan en la escuela o en la casa?			
17	¿Piensas que todo te sale mal?			
18	¿Crees que no eres buena persona?			
19	¿Tienes temor de que sucedan cosas malas, terribles?			

Lo que sigue a continuación es para llenar por quien administra la escala.

Datos genereles del examinado

Nombre: _____Edad: _____Sexo: F M

Fecha:_____/_____/
_____Aplicador(a):*_____

Lugar de aplicación:_____

Puntaje directo: _____ Puntaje indirecto: _____
Criterio:_____

Conversión de puntajes

PD	PI		PD	PI		PD	PI		PD	PI
1	3		11	29		21	55		31	82
2	5		12	32		22	58		32	84
3	8		13	34		23	60		33	87
4	10		14	37		24	63		34	89
5	13		15	39		25	66		35	92
6	16		16	42		26	68		36	95
7	18		17	44		27	71		37	97
8	21		18	47		28	74		38	100
9	24		19	50		29	76			
10	26		20	53		30	79			

Criterios de puntos de corte

	Puntajes indirectos
Ausencia de depresión	0 a 39
Depresión leve	40 a 59
Depresión moderada	60 a 79
Depresión grave	80 a 100

OTRAS OBRAS DE REFERENCIA

Alto al bullying. Julie y Andrew Mattheus. Alamah, 2012

Bullying. Cómo evitar el maltrato entre niños. M. Kevorkian Lumen, 2010.

Bullying Prevention & Intervention. Realistic Strategies for Schools. S.M. Swearer, D.L. Espelage, S.A. Napolitano. The Guilford Press, 2009.

Los problemas de disciplina en la escuela. Manual para docentes. MEDUCA, 4 edición. (Se puede encontrar en Internet escribiendoel título del libro y el del autor).

Te pego porque te quiero. D. Cardoze, Panamá, 2010. (Se puede encontrar en Internet escribiendoel título del libro y el del autor).

INVESTIGACIONES RECIENTES REVISADAS

Abdirahman HA, Bah TT, Shrestha HL, Jacobsen KH. Bullying, mental health, and parental involvement among adolescents in the Caribbean. West Indian Med J. 2012 Aug;61(5):504-8.

Bauman S, Toomey RB, Walker JL. Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. J Adolesc. 2013 Apr;36(2):341-50.

Berkowitz R, Benbenishty R. Perceptions of teachers' support, safety, and absence from school because of fear among victims, bullies, and bully-victims. Am J Orthopsychiatry. 2012 Jan;82(1):67-74.

Björkqvist K, Osterman K, Berg P. Higher rates of victimization to physical abuse by adults found among victims of school bullying. Psychol Rep. 2011 Aug;109(1):167-8.

Bonanno RA, Hymel S. Cyber Bullying and Internalizing Difficulties: Above and Beyond the Impact of Traditional Forms of Bullying. J Youth Adolesc. 2013 Mar 20.

Bouman T, van der Meulen M, Goossens FA, Olthof T, Vermande MM, Aleva EA. Peer and self-reports of victimization and bullying: their differential association with internalizing problems and social adjustment. J Sch Psychol. 2012 Dec;50(6):759-74.

Bradshaw CP, Sawyer AL, O'Brennan LM. A social disorganization perspective on bullying-related attitudes and behaviors: the influence of school context. Am J Community Psychol. 2009 Jun;43(3-4):204-20.

Espelage DL, De La Rue L. School bullying: its nature and ecology. Int J Adolesc Med Health. 2011 Nov 4;24(1):3-10.

Falb KL, McCauley HL, Decker MR, Gupta J, Raj A, Silverman JG. School bullying perpetration and other childhood risk factors as predictors of adult intimate partner violence perpetration. Arch Pediatr Adolesc Med. 2011 Oct;165(10):890-4.

Fekkes M, Pijpers FI, Verloove-Vanhorick SP. Bullying: who does what, when and where? Involvement of children, teachers and parents in bullying behavior. Health Educ Res. 2005 Feb;20(1):81-91.

Forster M, Dyal SR, Baezconde-Garbanati L, Chou CP, Soto DW, Unger JB. Bullying victimization as a mediator of associations between cultural/familial variables, substance use, and depressive symptoms among Hispanic youth.
Ethn Health. 2013 Jan 9.

Garcia-Continente X, Pérez-Giménez A, Espelt A, Nebot Adell M. Bullying among schoolchildren: Differences between victims and aggressors. Gac Sanit. 2013 Feb 14.

Georgiou SN, Fousiani K, Michaelides M, Stavrinides P. Cultural value orientation and authoritarian parenting as parameters of bullying and victimization at school. Int J Psychol. 2013;48(1):69-78.

Goldweber A, Waasdorp TE, Bradshaw CP. Examining associations between race, urbanicity, and patterns of bullying involvement. J Youth Adolesc. 2013 Feb;42(2):206-19.

Hammig B, Jozkowski K. Academic achievement, violent victimization, and bullying among u.s. High school students. J Interpers Violence. 2013 May;28(7):1424-36.

Hanley AJ, Gibb BE. Verbal victimization and changes in hopelessness among elementary school children. J Clin Child Adolesc Psychol. 2011;40(5):772-6.

Heikkilä HK, Väänänen J, Helminen M, Fröjd S, Marttunen M, Kaltiala-Heino R. Involvement in bullying and suicidal ideation in middle adolescence: a 2-year follow-up study. Eur Child Adolesc Psychiatry. 2013 Feb;22(2):95-102.

Hepburn L, Azrael D, Molnar B, Miller M. Bullying and suicidal behaviors among urban high school youth. J Adolesc Health. 2012 Jul;51(1):93-5.

Hui EK, Tsang SK, Law BC. Combating school bullying through developmental guidance for positive youth development and promoting

harmonious school culture. Combating school bullying through developmental guidance for positive youth development and promoting harmonious school culture.

Hutchinson M, Hurley J. Exploring leadership capability and emotional intelligence as moderators of workplace bullying. J Nurs Manag. 2013 Apr;21(3):553-62.

Idsoe T, Dyregrov A, Idsoe EC. Bullying and PTSD symptoms. J Abnorm Child Psychol. 2012 Aug;40(6):901-11.

Idsoe T, Solli E, Cosmovici EM. Social psychological processes in family and school: more evidence on their relative etiological significance for bullying behavior. Aggress Behav. 2008 Sep-Oct;34(5):460-74.

Jansen PW, Verlinden M, Dommisse-van Berkel A, Mieloo C, van der Ende J, Veenstra R, Verhulst FC, Jansen W, Tiemeier H. Prevalence of bullying and victimization among children in early elementary school: do family and school neighbourhood socioeconomic status matter? BMC Public Health. 2012 Jul 2;12:494.

Jones SE, Bombieri L, Livingstone AG, Manstead AS. The influence of norms and social identities on children's responses to bullying. Br J Educ Psychol. 2012 Jun;82(Pt 2):241-56.

Joronen K, Konu A, Rankin HS, Astedt-Kurki P. An evaluation of a drama program to enhance social relationships and anti-bullying at elementary school: a controlled study. Health Promot Int. 2012 Mar;27(1):5-14.

Kim MJ, Catalano RF, Haggerty KP, Abbott RD. Bullying at elementary school and problem behaviour in young adulthood: a study of bullying, violence and substance use from age 11 to age 21. Crim Behav Ment Health. 2011 Apr;21(2):136-44.

Klomek AB, Kleinman M, Altschuler E, Marrocco F, Amakawa L, Gould MS. High school bullying as a risk for later depression and suicidality. Suicide Life Threat Behav. 2011 Oct;41(5):501-16.

Lam LT, Cheng Z, Liu X. Violent online games exposure and cyberbullying/victimization among adolescents. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2013 Mar;16(3):159-65.

Lee CH, Song J. Functions of parental involvement and effects of school climate on bullying behaviors among South Korean middle school students. 2012 Aug;27(12):2437-64.

Lemstra ME, Nielsen G, Rogers MR, Thompson AT, Moraros JS. Risk indicators and outcomes associated with bullying in youth aged 9-15 years. Can J Public Health. 2012 Jan-Feb;103(1):9-13.

Litwiller BJ, Brausch AM. Cyber Bullying and Physical Bullying in Adolescent Suicide: The Role oViolent Behavior and Substance Use. J Youth Adolesc. 2013 Feb 5.

Lomas J, Stough C, Hansen K, Downey LA. Brief report: Emotional intelligence, victimisation and bullying in adolescents. J Adolesc. 2012 Feb;35(1):207-11.

Low S, Van Ryzin MJ, Brown EC, Smith BH, Haggerty KP. Engagement Matters: Lessons from Assessing Classroom Implementation of Steps to Respect: A Bullying Prevention Program Over a One-year Period. Prev Sci. 2013 Mar 2.

Menesini E, Nocentini A, Camodeca M. Morality, values, traditional bullying, and cyberbullying in adolescence. Br J Dev Psychol. 2013 Mar;31(Pt 1):1-14.

Nansel TR, Craig W, Overpeck MD, Saluja G, Ruan WJ; Health Behaviour in School-aged Children Bullying Analyses Working Group. Cross-national consistency in the relationship between bullying behaviors and psychosocial adjustment. Arch Pediatr Adolesc Med. 2004 Aug;158(8):730-6.

Nocentini A, Menesini E, Salmivalli C. Level and change of bullying behavior during high school: A multilevel growth curve analysis. J Adolesc. 2013 Mar 21. pii: S0140-1971.

Olthof T, Goossens FA, Vermande MM, Aleva EA, van der Meulen M. Bullying as strategic behavior: relations with desired and acquired dominance in the peer group. J Sch Psychol. 2011 Jun;49(3):339-59.

Olweus D. Bullying at school and later criminality: findings from three Swedish community samples of males. Crim Behav Ment Health. 2011 Apr;21(2):151-6.

Ragatz LL, Anderson RJ, Fremouw W, Schwartz R. Criminal thinking patterns, aggression styles, and the psychopathic traits of late high school bullies and bully-victims. Aggress Behav. 2011 Mar-Apr;37(2):145-60.

Redmond SM. Peer victimization among students with specific language impairment, attention-deficit/hyperactivity disorder, and typical development. Lang Speech Hear Serv Sch. 2011 Oct;42(4):520-35.

Reulbach U, Ladewig EL, Nixon E, O'Moore M, Williams J, O'Dowd T. Weight, body image and bullying in 9-year-old children. J Paediatr Child Health. 2013 Apr;49(4):E288-93.

Roberts AL, Rosario M, Slopen N, Calzo JP, Austin SB. Childhood gender nonconformity, bullying victimization, and depressive symptoms across adolescence and early adulthood: an 11-year longitudinal study. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2013 Feb;52(2):143-52.

Salmivalli C, Sainio M, Hodges EV. Electronic Victimization: Correlates, Antecedents, and Consequences Among Elementary and Middle School Students. J Clin Child Adolesc Psychol. 2013 Feb 5.

Sansone RA, Lam C, Wiederman MW. Victims of bullying in childhood, criminal outcomes in adulthood. Int J Psychiatry Clin Pract. 2013 Feb;17(1):69-72.

Sansone RA, Leung JS, Wiederman MW. Having been bullied in childhood: Relationship to aggressive behaviour in adulthood. Int J Soc Psychiatry. 2012 Sep 12.

Sesar K, Barišić M, Pandža M, Dodaj A. The relationship between difficulties in psychological adjustment in young adulthood and exposure to bullying behaviour in childhood and adolescence. Acta Med Acad. 2012;41(2):131-44.

Sentenac M, Arnaud C, Gavin A, Molcho M, Gabhainn SN, Godeau E. Peer victimization among school-aged children with chronic conditions. Epidemiol Rev. 2012 Jan;34(1):120-8.

Siyahhan S, Aricak OT, Cayirdag-Acar N. The relation between bullying, victimization, and adolescents' level of hopelessness. J Adolesc. 2012 Aug;35(4):1053-9.

Steffgen G, König A, Pfetsch J, Melzer A. Are cyberbullies less empathic? Adolescents' cyberbullying behavior and empathic responsiveness. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2011 Nov;14(11):643-8.

Strøm IF, Thoresen S, Wentzel-Larsen T, Dyb G. Violence, bullying and academic achievement: A study of 15-year-old adolescents and their school environment. Child Abuse Negl. 2013 Apr;37(4):243-51.

Suzuki K, Asaga R, Sourander A, Hoven CW, Mandell D. Cyberbullying and adolescent mental health. Int J Adolesc Med Health. 2012;24(1):27-35.

Yen CF, Huang MF, Kim YS, Wang PW, Tang TC, Yeh YC, Lin HC, Liu TL, Wu YY, Yang P. Association between types of involvement in school bullying and different dimensions of anxiety symptoms and the moderating effects of age and gender in Taiwanese adolescents. Child Abuse Negl. 2013 Apr;37(4):263-72

Wang J, Iannotti RJ, Luk JW. Patterns of adolescent bullying behaviors: physical, verbal, exclusion, rumor, and cyber. J Sch Psychol. 2012 Aug;50(4):521-34.